

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 31



Видавничий дім
«Гельветика»
2021

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісеєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор

Бендаравечіне Ріта – доктор соціальних наук та порівняльної політики, асоційований професор

Ендріулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор

Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент

Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор

Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор

Шебанова Віталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор

Волошенко Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент

Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор

Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор

Науковий журнал «Габітус» включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») з психологічних та соціологічних наук (спеціальності: 053. Психологія, 054. Соціологія) відповідно до Наказу МОН України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1)

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій (протокол № 11 від 29.11.2021 року)**

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Науковий журнал «Габітус» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія KB № 22415-12315P від 22.11.2016 року)

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1**СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Луковенко І.Г.**ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ПОЛІТИКИ У СФЕРІ РЕЛІГІЇ
НА НЕПІДКОНТРОЛЬНИХ ТЕРИТОРІЯХ ДОНЕЧЧИНИ..... 9**Черкашина Т.О., Шапошникова І.В., Ломейко А.Д.**РОЛЬ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ В ПОШИРЕННІ ІНФОРМАЦІЇ
ПРО ФЕМІНІЗМ СЕРЕД МОЛОДИХ ДІВЧАТ ТА ЖІНОК..... 15**СЕКЦІЯ 2****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Асєєва Ю.О., Мельничук І.В., Кузнецова А.В.**

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЛІДЕРА..... 21

Ємець Д.О.ДО ПИТАННЯ ПРО ТРАСГЕНЕРАЦІЙНУ ПЕРЕДАЧУ КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ
У ПРЕДСТАВНИКІВ УКРАЇНСЬКОГО ЕТНОСУ..... 26**СЕКЦІЯ 3****ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ****Бакка Ю.В.**ДЕТЕРМІНАНТИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ:
ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ..... 31**Батечко Д.П., Печена В.М.**ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТІВ-ФУТБОЛІСТІВ
У КОНТЕКСТІ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЇ..... 36**Батечко Д.П., Шнякіна С.М.**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМПЛЕКТУВАННЯ СПОРТИВНИХ КОМАНД
У БАСКЕТБОЛІ..... 40**Бондарук Ю.С.**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПІДХОДІВ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ТА СІМ'ЯМИ,
ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬ НАСЛІДКИ ТРАВМУЮЧИХ ПОДІЙ ТА ОПИНИЛИСЬ
У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ..... 44**Бурлачук Л.Ф., Лисенко І.П., Діденко С.В.**

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ АВТОБІОГРАФІЧНОЇ ПАМ'ЯТІ..... 51

Вакуленко О.Л., Проскурня А.С., Третьякова Ю.В.ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВИХ СТАНІВ
У БАТЬКІВ ОНКОХВОРИХ ДІТЕЙ..... 56**Васильєва Г.В., Котова І.О.**

ЕТАПИ І ФОРМИ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ..... 61

Гуменюк І.А.ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОГО
ПОТЕНЦІАЛУ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ..... 66

Гусак В.М. ЕМОЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ У СТРУКТУРІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	71
Денисенко А.О., Євтушек В.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДЕПРЕСІЇ У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ.....	76
Зіборова О.О. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗІ СТИЛЕМ МАТЕРИНСЬКОГО СТАВЛЕННЯ У ЖІНОК, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ ВІДХИЛЕННЯМИ У ПСИХОФІЗИЧНОМУ РОЗВИТКУ.....	82
Ігумнова О.Б., Михайлов А.Р. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ АУТОАГРЕСІЇ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	88
Кириченко Т.В. ІНДИВІДУАЛЬНА ОСВІТНЯ ТРАЄКТОРІЯ УЧНЯ В КОНТЕКСТІ ПРОФІЛЬНОЇ ШКОЛИ.....	95
Кокоріна Ю.Є., Морару Д.І. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРУКТУРИ ЦІННІСНО-ПОТРЕБОВОЇ СФЕРИ БЛОГЕРІВ.....	101
Кравчук Н.П. ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ПРОЦЕСІ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ.....	107
Кузнєцова В.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ВІЛ-ІНФІКОВАНИХ ОСІБ ПІД ЧАС УСТАНОВЛЕННЯ ДІАГНОЗУ.....	112
Логвінова Д.В., Логвінов О.В. СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	117
Миколюк Д.О., Мілютіна К.Л. ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ.....	123
Мінчук Р.І. СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ СИНДРОМУ БОЛЬОВОЇ ДИСФУНКЦІЇ (КЛІНІЧНА КАРТИНА ТА ПІДХОДИ ДО ЛІКУВАННЯ). ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ.....	129
Молотокас А.А., Діденко С.В. ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОМПОНЕНТ ГЕСТАЦІЙНОЇ ДОМІНАНТИ В ЖІНОК ІЗ ЗАПЛАНОВАНОЮ І НЕЗАПЛАНОВАНОЮ ВАГІТНІСТЮ.....	140
Ніколаєнко С.О., Улунова Г.Є. ОСОБЛИВОСТІ ПОЄДНАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ РАЦІОНАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ І РУХІВ ОЧЕЙ У ПРОЦЕСІ ПЕРЕРОБКИ І ТРАНСФОРМАЦІЇ ІРРАЦІОНАЛЬНИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ.....	144
Поліщук В.М. ПЕДОЛОГІЯ ЯК МЕТОДОЛОГІЧНА ОСНОВА ПСИХОЛОГІЇ ВІКОВОГО КРИЗОВОГО РОЗВИТКУ (ДО 125-РІЧЧЯ З ДНЯ НАРОДЖЕННЯ Л.С. ВИГОТСЬКОГО).....	151
Хоржевська І.М., Рижкова І.О. ОСОБЛИВОСТІ ПРОТІКАННЯ КОНФЛІКТІВ У МОЛОДИХ СІМ'ЯХ.....	156
Чуйко О.М., Пронь Л.М. АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ КРИТЕРІЇВ УСПІШНОСТІ КАР'ЄРИ АКТОРІВ.....	163

Шевченко О.М., Стечишин Е.М. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МОЛОДИХ МАТЕРІВ.....	169
Шелешей О.Г., Астремська І.В. РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	178
Яворська Н.П. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ-ГАНДБОЛІСТІВ (НА ПРИКЛАДІ ЮНАКІВ І ДІВЧАТ).....	184
Яценко Т.С., Галушко Л.Я., Ткаченко К.В. АКТУАЛІЗАЦІЯ ПРАЛОГІЧНОГО ТА ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ В ГЛИБИННОМУ ПІЗНАННІ ПСИХІКИ.....	188
 СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ	
Бурлєєв О.Л., Василенко О.О., Калінчук А.А. ВПЛИВ ПРОАКТИВНОГО МИСЛЕННЯ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОНАННЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	197
Паламарчук О.М. ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО НАУКОВЦЯ.....	200
 СЕКЦІЯ 5 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Білюченко Ю.М. СПЕЦИФІКА АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ: ҐЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	207
Остапенко І.В. ВЕБ-КВЕСТ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ.....	212
Полшкова С.Г., Трофімова Д.О., Крайлюк А.І. ОСОБЛИВОСТІ ҐЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ СЕРЕД ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ.....	217
Сергєєва І.В., Кохановська І.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЧОЛОВІКІВ – СУБ'ЄКТІВ ПРОБАЦІЇ.....	224
Чепурна Г.Л., Поленкова М.В. ҐЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ЗІ СТИЛЯМИ СПІЛКУВАННЯ.....	230
НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....	235

CONTENTS

SECTION 1**SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Lukovenko I.H.**PECULIARITIES OF RELIGION POLICY IMPLEMENTATION
IN NON-CONTROLLED TERRITORIES OF DONETSK REGION.....9**Cherkashyna T.O., Shaposhnykova I.V., Lomeiko A.D.**THE ROLE OF THE MEDIA IN SPREADING INFORMATION
ABOUT FEMINISM AMONG YOUNG GIRLS AND WOMEN.....15**SECTION 2****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Asieieva Yu.O., Melnychuk I.V., Kuznetsova A.V.**EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF INFLUENCE
ON LEADER EFFICIENCY.....21**Yemets D.O.**ON THE ISSUE OF TRANSGENERATIONAL TRANSMISSION OF COLLECTIVE
TRAUMA IN THE UKRAINIAN ETHNIC GROUP.....26**SECTION 3****PERSONALITY PSYCHOLOGY****Bakka Yu.V.**DETERMINANTS OF PERSONALITY DEVELOPMENT IN ADOLESCENCE:
GENDER ASPECT.....31**Batechko D.P., Pechena V.M.**RESEARCH OF PERSONAL FEATURES OF STUDENTS-FOOTBALL PLAYERS
IN THE CONTEXT OF GENDER DIFFERENCES AND SOCIALIZATION.....36**Batechko D.P., Shniakina S.M.**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ACQUISITION OF SPORTS TEAMS
IN BASKETBALL.....40**Bondaruk Yu.S.**FEATURES OF PSYCHOLOGICAL APPROACHES IN WORKING WITH CHILDREN
AND FAMILIES EXPERIENCING THE CONSEQUENCES OF TRAUMATIC EVENTS
AND FOUND THEMSELVES IN DIFFICULT LIFE CIRCUMSTANCES.....44**Burlachuk L.F., Lysenko I.P., Didenko S.V.**

STRUCTURAL AND FUNCTIONAL FEATURES OF AUTOBIOGRAPHIC MEMORY.....51

Vakulenko O.L., Proskurnia A.S., Tretiakova Yu.V.INDIVIDUAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF CRISIS STATES IN PARENTS
OF PEDIATRIC ONCOLOGY PATIENTS.....56**Vasylieva H.V., Kotova I.O.**

STAGES AND FORMS OF SELF-DEVELOPMENT OF PERSONALITY.....61

Humeniuk I.A.PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF FACTORS OF DEVELOPMENT
OF PERSONAL POTENTIAL OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS.....66

Husak V.M. EMOTIONAL COMPONENT IN THE STRUCTURE OF PSYCHOLOGICAL CULTURE OF STUDENTS OF SOCIONOMIC SPECIALTIES.....	71
Denysenko A.O., Yevtushek V.V. FEATURES OF THE MANIFESTATION OF DEPRESSION IN OLDER ADOLESCENTS.....	76
Ziborova O.O. RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND THE STYLE OF MOTHER'S ATTITUDE IN WOMEN RAISING CHILDREN WITH PSYCHOPHYSOPHICAL DEVIATIONS.....	82
Ihumnova O.B., Mykhailov A.R. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF AUTOAGGRESSION OF YOUTHS.....	88
Kyrychenko T.V. INDIVIDUAL EDUCATIONAL TRAJECTORY OF A STUDENT IN THE CONTEXT OF A PROFILE SCHOOL.....	95
Kokorina Yu.Ye., Moraru D.I. THE EMPIRICAL STUDY OF THE STRUCTURE OF VALUE-NEEDED SPHERE OF BLOGGERS.....	101
Kravchuk N.P. CAUSES AND WAYS OF OVERCOMING INTERPERSONAL CONFLICTS IN THE PROCESS OF PERSONAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOLERS.....	107
Kuznietsova V.V. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF HIV-INFECTED PEOPLE'S EMOTIONAL STATE DURING THE DIAGNOSIS.....	112
Lohvinova D.V., Lohvinov O.V. GENDER PECULIARITIES OF FORMATION OF SELF-ESTEEM IN ADOLESCENCE.....	117
Mykoliuk D.O., Miliutina K.L. PROSPECTS FOR THE STUDY OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF PERSONS WITH HEARING IMPAIRMENT.....	123
Minchuk R.I. CURRENT STATE OF THE PAIN DYSFUNCTION SYNDROME PROBLEM (CLINICAL PRESENTATION AND TREATMENT APPROACHES). LITERATURE REVIEW.....	129
Molotokas A.A., Didenko S.V. PSYCHOLOGICAL COMPONENT OF GESTATION DOMINANT IN WOMEN WITH PLANNED AND UNPLANNED PREGNANCY.....	140
Nikolaienko S.O., Ulunova H.Ye. SPECIFICITIES OF COMBINATION OF TECHNOLOGIES OF RATIONAL-EMOTIONAL BEHAVIORAL PSYCHOTHERAPY AND EYE MOVEMENT IN THE PROCESS OF PROCESSING AND TRANSFORMATION OF IRRATIONAL BELIEFS OF THE PERSONALITY.....	144
Polishchuk V.M. PEDOLOGY AS THE METHODOLOGICAL BASIS OF THE PSYCHOLOGY OF AGE CRISIS DEVELOPMENT (TO THE 125 TH BIRTHDAY ANNIVERSARY OF L.S. VYHOTS'KY).....	151
Khorzhevskaya I.M., Ryzhkova I.O. PECULIARITIES OF CONFLICTS IN YOUNG FAMILIES.....	156

Chuiiko O.M., Pron L.M. ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL CRITERIA OF ACTOR'S CAREER SUCCESS.....	163
Shevchenko O.M., Stechyshyn E.M. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT IN YOUNG MOTHERS....	169
Sheleshei O.H., Astremaska I.V. DEVELOPMENT OF EMOTIONAL COMPETENCE OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE.....	178
Yavorska N.P. STUDY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS-HANDBALL PLAYERS (ON THE EXAMPLE OF BOYS AND GIRLS).....	184
Yatsenko T.S., Halushko L.Ya., Tkachenko K.V. ACTUALIZATION OF PRALOGICAL AND LOGICAL THINKING IN IN-DEPTH COGNITION OF THE PSYCHE.....	188

SECTION 4

PSYCHOLOGY OF WORK

Burliciev O.L., Vasylenko O.O., Kalinchuk A.A. THE INFLUENCE OF PROACTIVE THINKING ON THE EFFICIENCY OF INTELLECTUAL ACTIVITY.....	197
Palamarchuk O.M. SUSTAINABILITY AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF THE PERSONALITY OF MODERN SCIENTIST.....	200

SECTION 5

SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY

Biliuchenko Yu.M. SPECIFICS OF ADOLESCENT AGGRESSIVENESS: GENDER ASPECT OF RESEARCH.....	207
Ostapenko I.V. WEB-QUEST AS A TOOL FOR THE DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE OF YOUNG PEOPLE.....	212
Polshkova S.H., Trofimova D.O., Krailiuk A.I. FEATURES OF GENDER STEREOTYPES AMONG MIDDLE-AGE MEN AND WOMEN.....	217
Serhieieva I.V., Kokhanovska I.V. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MEN – SUBJECTS OF PROBATION.....	224
Chepurna H.L., Polenkova M.V. GENDER PECULIARITIES OF THE CORELLATION BETWEEN PERFECTIONISM AND COMMUNICATION STYLES.....	230
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	235

СЕКЦІЯ 1

СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ПОЛІТИКИ У СФЕРІ РЕЛІГІЇ НА НЕПІДКОНТРОЛЬНИХ ТЕРИТОРІЯХ ДОНЕЧЧИНИ

PECULIARITIES OF RELIGION POLICY IMPLEMENTATION IN NON-CONTROLLED TERRITORIES OF DONETSK REGION

У статті досліджуються особливості становлення й реалізації політики щодо релігійних організацій, яка здійснюється на непідконтрольних територіях Донеччини у 2014–2020 рр. Проаналізовано формально-юридичні, законодавчі аспекти, інституційне впорядкування та функціональні обов'язки органів окупаційної адміністрації, на які покладено завдання реалізації політики щодо релігійних спільнот на законодавчому й виконавчому рівнях. Проаналізовано ставлення до релігії з боку окремих представників окупаційної адміністрації. Здійснено аналіз специфіки технологій впливу на релігійне середовище. Як технології охарактеризовано такі методи та засоби, як практика реєстрації, перереєстрації, легітимації релігійних організацій, практика релігієзнавчої експертизи, як ключові механізми селекції та контролю за релігійним середовищем. Визначено, що практика релігієзнавчої експертизи стала основним інструментом, який окупаційна влада Донецька використовує для відмови в реєстрації релігійних громад. Проаналізовано механізми й алгоритми здійснення означених технологій. Зроблено висновок, що курс на тотальний контроль суспільно-політичного життя торкнувся релігійного життя безпосереднім чином. Практика реалізації політики щодо релігійних організацій має на меті взяття під контроль наявних релігійних конфесій, провести їх селекцію. Автор дійшов висновку, що тиск на церкви й релігійні організації на окупованих територіях Донецької області з метою змусити їх дотримуватися цих вимог поставило керівництво громад перед непростим вибором: або йти на виконання цих вимог особливо в умовах загрози заборони будь-якої релігійної діяльності й подальшої конфіскації храмів, молитовних будинків та іншого церковного майна; або тим чи іншим чином ігнорувати ці вимоги та діяти в підпіллі чи взагалі припиняти діяльність особливо в умовах тиску з боку спецслужб і реальної небезпеки репресій.

Ключові слова: окуповані території, окупаційна адміністрація, релігійна політика, репресії, релігійні організації, соціально-культурні реалії.

The article examines the features of the formation and implementation of the policy in relation to religious organizations, which is carried out in the uncontrolled territories of Donbass in 2014–2020. Analyzed the formal legal, legislative aspects, institutional ordering and functional responsibilities of the occupation administration bodies, which are entrusted with the tasks of implementing the policy of religious communities at the legislative and executive levels. The attitude to religion on the part of individual representatives of the occupation administration is analyzed. The analysis of the specifics of technologies for influencing the religious environment is carried out. Methods and means such as the practice of registration, re-registration, legitimation of religious organizations, the practice of religious studies as key mechanisms of selection and control over the religious environment are characterized as technologies. It has been determined that the practice of religious studies has become the main tool that the occupying authorities of Donetsk use to deny registration of religious communities. The mechanisms and algorithms for the implementation of these technologies are analyzed. It is concluded that the course towards total control of social and political life directly affected religious life. The practice of implementing the policy in relation to religious organizations is aimed at taking control of the existing religious confessions, carrying out their selection. The author came to the conclusion that the pressure on churches and religious organizations in the occupied territories of Donetsk region in order to force them to comply with these requirements has presented the community leaders with a difficult choice. Or to comply with these requirements, especially in the face of the threat of a ban on any religious activity and the subsequent confiscation of churches, houses of worship and other church property. Either ignore these demands in one way or another and act underground or stop activities altogether, especially in the face of pressure from the special services and the real danger of reprisals.

Key words: occupied territories, occupation administration, religious policy, repressions, religious organizations, socio-cultural realities.

УДК 322:172.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.1>

Луковенко І.Г.
к.істор.н,
доцент кафедри
соціально-гуманітарних дисциплін
Донецький державний університет
управління

Постановка проблеми та актуальність. Окупація частини Донеччини, що триває, тримає в стані постійної актуальності цілу низку процесів, зокрема, і в гуманітарній сфері, площині соціально-культурних реалій. Не останнє місце тут належить процесам у релігійному середовищі. Серед найважливіших проблем,

що постають на тимчасово непідконтрольних територіях і з якими постійно стикаються релігійні організації, що залишилися по той бік лінії розмежування, це політика, яку проводить окупаційна адміністрація.

Виклад основного матеріалу. Сам факт розділення території Донецької області на

непідконтрольну/окуповану та вільну є найвагомішим фактором, що постійно впливає на релігійну ситуацію в цьому регіоні. Через об'єктивні причини офіційна влада не має доступу на окуповану територію, а відповідно, не має змоги впливати на ситуацію в цій площині. Зокрема, фахівцями підкреслюється, що на непідконтрольних територіях «немає легітимної влади, яка б могла нести відповідальність за дотримання прав людини та виконувати міжнародні зобов'язання в цій сфері» [1]. Отже, «на окупованих територіях Донбасу ситуація з дотриманням свободи віросповідання значно гірша, ніж у Криму, адже більшість громад фактично припинили своє існування, а свобода думки, совісті й віросповідання відсутня як явище» [2].

Упродовж 2014–2020 рр. на непідконтрольній території Донеччини сформувалася власна політика щодо релігії, загалом сформовано інституційну систему органів, що здійснюють політику щодо релігії, прийнято низку «законодавчих актів», що формально регулюють політику окупаційної адміністрації в цій сфері.

Якщо казати загалом, то релігійна ситуація там прямо залежить від ставлення до релігії з боку окупаційної адміністрації, яке загалом характеризується на практиці утилітетами та переслідуваннями, окупаційна влада вдається до різного роду технологій і механізмів контролю за релігійним середовищем [3, с. 130].

Світоглядно-ідеологічною базою політики щодо релігії є ідеологія та практика «русского мира» (за формулюванням одіозного Захара Прилепіна «происходящее на Донбассе – это будущее России и точка сборки Русского мира») [4, с. 223–224].

У чинному на тій території законодавстві (т. зв. «конституції ДНР») зазначено: «В Донецкой Народной Республике признается идеологическое и политическое многообразие, многопартийность. Религиозные объединения отделены от государства и равны перед законом. Никакая религия и идеология не могут устанавливаться в качестве государственных или обязательных» (ст. 9). Підкреслюється, що «каждому гарантируется свобода совести, свобода вероисповедания, включая право исповедовать индивидуально или совместно с другими любую религию или не исповедовать никакой, свободно выбирать, иметь и распространять религиозные и иные убеждения и действовать в соответствии с ними» (ст. 21). Але «права и свободы человека и гражданина могут быть ограничены законом только в той мере, в какой это необходимо в целях защиты основ конституционного строя, нравственности, здоровья, прав и законных интересов других лиц, обеспечения обороны страны и безопасности государства» (ст. 48).

Варто зазначити, що в першій версії «конституції» «первенствующей и господствующей верой является Православная вера (Вера Христианская Православная Кафолическая Восточного Исповедания), исповедуемая Русской Православной Церковью (Московский Патриархат)». Причому не просто так, а як «системообразующего столпа Русского мира».

Така версія не знайшла практичного вираження як правова норма, очевидно, тому, що реалії релігійного життя все ж таки не давали та не дають здійснитися такій огульній і відвертій практиці. Тим не менше нині покійний тодішній «голова» «ДНР» Захарченко вимушений був тоді ж казати, що «лично он признает всего четыре религии: православие, римо-католицизм, мусульманство и иудаизм. Все остальные конфессии в ДНР будут считаться незаконными» [5].

Лише із середини 2016 р. починається процес унормування діяльності релігійної сфери, створення квазізаконодавчої бази. Намагання ввести елемент законності реалізовано в прийнятті т. зв. «Закона ДНР «О свободе вероисповедания и религиозных объединениях» 24 червня 2016 р. (підписаний Захарченко 13 липня, вступив у силу 15 липня). Цим актом окупаційна адміністрація проголосила «республіку» світською «державою». Водночас була зафіксована особлива роль православ'я в історії «Донецкой Народной Республики», становленні та розвитку її духовності, культури й моральності. Інші релігії, а це «христианство, ислам, иудаизм и другие религии...», постулюються невід'ємною частиною «духовного наследия представителей народов, проживающих на территории Донецкой Народной Республики» [6, с. 33].

Сформовано «державні» інституції, на які покладено питання релігійної політики. Законодавчий складник покладено на т. зв. «Народный совет ДНР», при якому діє т. зв. «Комитет Народного Совета ДНР по общественным объединениям и религиозным организациям», серед функцій якого – підготовка проектів законів з питань діяльності релігійних організацій.

Виконавчим органом, що реалізує політику щодо релігії, є «Міністерство культуры ДНР», яке є «республіканським» органом виконавчої влади, що здійснює функції з вироблення й реалізації державної політики та нормативного правового регулювання, зокрема, у сфері релігії. У ньому існує спеціальний орган – т. зв. «сектор (згодом – отдел) религий и национальностей».

Від початку збройної агресії та фактичної втрати контролю Україною над окупованими районами (приблизно в жовтні 2014 р.) на території, що опинилася під контролем

структур окупаційної адміністрації, продовжувала діяти розгалужена мережа релігійних організацій. І якщо на перших порах, упродовж 2015 р., частково 2016 р., питання про їх формальне становище (принаймні офіційно) не порушувалося, то у 2016 р. окупаційна адміністрація після прийняття «закону» ініціювала офіційну перереєстрацію наявних релігійних організацій, причому основний посыл стосувався фактично діючих громад, що вели діяльність ще з довоєнних часів. Окупаційна влада взяла курс на встановлення контролю за цією сферою суспільного життя. Анархія та беззаконня 2014–2015 рр. змінилися на хоча б якусь подобу закону та процедури.

Ідеологічним підґрунтям перереєстрації/реєстрації стала достатньо жорстке й відверте формулювання обґрунтування: «... в целях противодействия экстремистской, террористической и сектантской деятельности...» [7]. Означене цілком вкладається й у формально-юридичну систему, яка закріплена в релігійному «законодавстві» «республіки», де у вищезитованому «законі» визнається «недопустимость проявлений сектантства, религиозной ненависти, вражды и необходимость эффективного им противодействия». «Создание сект и распространение сектантства, необоснованное воспрепятствование осуществлению права на свободу вероисповедания, в том числе сопряженное с насилием над личностью, с умышленным оскорблением религиозных чувств, с пропагандой религиозного превосходства, с уничтожением или с повреждением имущества либо с угрозой совершения таких действий, запрещается и преследуется в соответствии с законодательством Донецкой Народной Республики» (ст. 6 «Закон о свободе вероисповедания...»). Сам факт уведення в «законодавство» терміна «секта» є унікальним навіть у РФ, законодавство якої скопійовано, не має цього терміна. Свого часу Захарченко доволі жорстко виразився: «Я буду жестко бороться с сектантством. За последние 20 лет они наводнили нашу страну. Я не хочу, чтобы мысли, умы нашей молодежи занимали псевдо-религии».

На наш погляд, означене має кілька причин. Перша – це взяти під контроль наявний релігійний загал. Курс на тотальний контроль суспільно-політичного життя не міг не торкнутися сфери релігії. Друге (похідне від першої причини) – селекція, або, за термінологією тамтешніх ідеологів, «дезінфекція» релігійного простору, адже артикульований адептами цього процесу наратив чітко постулював як обґрунтування боротьби з т. зв. «агентами впливу» (передусім США), намагання недопущення «попадания под чужой контроль» населення (зокрема недопущення «майданних» настроїв), недопущення того, щоб «грома-

дяни ДНР» стали «провідниками чужої волі», виключення «факторів ризику» та боротьбу з ними, які, на думку окупаційної адміністрації, є небезпечними ідеологіями. Нарешті, третє – намагання взагалі відновити інформацію про наявний релігійний загал, адже під час анархії 2014–2015 рр. великий масив матеріалів щодо діяльності релігійних організацій на території області втрачений.

Якщо проаналізувати перелік документів, які потрібно було надати для реєстрації, то серед іншого впадає у вічі необхідність подання не тільки списку засновників (це є й в українській практиці), а й списку членів релігійної організації з указанням їх ПІБ, дати народження, місця проживання та контактних телефонів, що, очевидно, є намаганням взяти не лише у фактично повний контроль діяльність громади як такої, а й контроль над самими віруючими відповідних громад.

Ту ж мету й завдання переслідує й анонсоване продовження формування законодавчої бази у сфері релігійної політики, зокрема т. зв. «комітетом Народного Совета ДНР по общественным объединениям и религиозным организациям» ще у 2016 р. анонсовано розробку «законопроектів» із промовистими назвами: «О государственной политике в религиозной сфере», «Об особенностях духовно-нравственного воспитания и религиозного просвещения в Донецкой Народной Республике», «Об особенностях предупреждения и профилактики религиозных злоупотреблений и правонарушений», «О мерах антисектантской безопасности» [8].

Указана технологія простежується й у введеному інституту релігієзнавчої експертизи як ключового механізму селекції та контролю за релігійним середовищем. Для здійснення цієї діяльності було створено «Экспертный совет по проведению государственной религиозно-экспертизы при Министерстве культуры», орган, який відіграє ключову роль у процесі реєстрації (по суті, сепарації) наявного релігійного загалу. Зокрема, цей орган може вносити свої пропозиції в чинне «законодавство» [9]. З огляду на той факт, що для цілей перереєстрації та реєстрації діючих релігійних організацій релігієзнавча експертиза має проводитися в обов'язковому порядку, можна стверджувати, що саме ця вимога стала основним із інструментів, який окупаційна влада Донецька використовує для відмови в реєстрації релігійних організацій і груп. При цьому релігійні організації й групи в разі успішної реєстрації зобов'язані не пізніше 15 березня року, наступного за звітним, подавати до уповноваженого органу повідомлення про продовження діяльності за встановленою формою представляти в уповноважений орган.

Контроль за діяльністю релігійних організацій мають на меті й прийняті в березні 2020 р. зміни в чинний «закон», які мають регулювати питання, що стосуються того, хто має право здійснювати місіонерську діяльність, де дозволяється й де забороняється її вести, а також умови, необхідні для місіонерської діяльності [10].

Треба зауважити, що, згідно з наявною інформацією, процес перереєстрації наявних громад мав початися вже відразу після прийняття «закону» 2016 р. Принаймні відомо, що вже восени 2016 р. т. зв. «и.о. министра юстиции ДНР» свідчила, що «на сьогоднішній день ни одна религиозная организация не встала на учёт», а отже, «проведение любых обрядов, культов, проповедей на улицах организациями без государственной регистрации, которые себя считают религиозными, является неправомерным». Із цих слів важко зробити висновок: чи на той момент ті громади, що не пройшли перереєстрацію, уже вважалися поза законом, а їхня діяльність була заборонена, чи тим самим постулювався імператив-попередження, що в разі непроходження перереєстрації діяльність громад буде заборонена. Принаймні лише з кінця 2016 р. розпочався процес юридичного забезпечення процесу перереєстрації.

Безпосередньо процес перереєстрації покладено на т.зв. «Міністерство юстиції ДНР». У грудні 2016 р. прийнято т. зв. «Регламент осуществления Министерством юстиции Донецкой Народной Республики контроля деятельности религиозных объединений», яким прописувалася процедура перереєстрації.

Але порядок її був оформлений тільки, коли 10 лютого 2017 р. набрав чинності ще один «закон» із назвою «О внесении изменений в Закон Донецкой Народной Республики «О свободе вероисповедания и религиозных объединениях», згідно з яким уповноваженим органом з питань релігії є «республіканський» орган виконавчої влади, який реалізує державну політику у сфері культури й релігії, – т. зв. «Міністерство культури ДНР», а видача зареєстрованій релігійній організації свідоцтва про державну реєстрацію (двох примірників статуту й унесення відомостей до відповідного Реєстру) віднесені до компетенції т. зв. «Міністерства юстиції ДНР».

Коментуючи ці нововведення т. зв. «віце-спікер парламенту» О. Макєєва сформулювала основну тезу: «Все религиозные организации, которые существуют на территории Донецкой Народной Республики, в обязательном порядке должны будут зарегистрироваться или же подтвердят свою регистрацию». За її словами, обов'язкова процедура реєстрації буде займати до трьох місяців.

Неакредитовані релігійні об'єднання не зможуть здійснювати відповідну діяльність. Також була артикульована теза, що «в целях противодействия экстремистской, террористической и сектантской деятельности, ужесточен контроль в части проведения плановых и внеплановых проверок этих организаций» [11].

Урешті-решт, для практичної реалізації процесу реєстрації релігійних організацій окупаційною владою лише в червні 2017 р. затверджено форми «реєстру», форми «документів», «свідоцтв» тощо.

Очевидно, що сама по собі спроба юридичної формалізації відповідної сфери суспільного буття не є чимось дивним. Але те, чим саме керуються очільники окупаційної адміністрації, їхня риторика та дії свідчать саме про намагання використання «протидії екстремістській, терористичній і сектантській діяльності» як приводу до реалізації контролю за діяльністю релігійних організацій як таких саме в контексті загальної пропагандистсько-ідеологічної установки, що панує на окупованих територіях.

На практиці все це вилилося в те, що зобов'язання церквам і релігійним організаціям на окупованих територіях Донецької області виконувати це розпорядження про перереєстрацію, поставило керівництво громад перед непростим вибором: або йти на виконання цих вимог особливо в умовах загрози заборони будь-якої релігійної діяльності й подальшої конфіскації храмів, молитовних будинків та іншого церковного майна; або тим чи іншим чином ігнорувати ці вимоги та діяти в підпіллі чи взагалі припиняти діяльність. Ситуація ускладнювалася тим, що спочатку конкретні механізми перереєстрації не були прописані, відповідно, керівництво громад не поспішало взагалі робити якісь кроки. Не додавало впевненості й мовчання офіційних українських властей щодо того, як саме вчинити, як діяти громадам у такій непростій ситуації, адже якщо необхідність перереєстрації на підконтрольних територіях керівних центрів була прописана, то про перереєстрацію громад мови не було.

На керівництво громад (зокрема УГКЦ, УПЦ КП, а з 2019 р. ПЦУ) відбувався та відбувається тиск з боку окупаційних спецслужб. У разі невиконання нових вимог громади загрозували закрити, а священникам погрожували виселенням і депортацією разом із сім'ями. Офіційні повідомлення вказували, що релігійні організації, які зареєстровані й здійснювали свою діяльність до 14 травня 2014 р., у термін до 1 березня 2019 р. мали надати в уповноважений орган необхідні документи для прийняття рішення про державну реєстрацію в установленому «законом» порядку. Відповідно, повідомлялося,

що з 1 березня 2019 р. подача документів на реєстрацію була припинена.

Першою громадою, що офіційно зареєстрована в березні 2019 р., стала іудейська громада м. Донецька [12].

Щодо поданих на реєстрацію документів існує певна суперечність у наявній інформації. Так, згідно з інформацією т. зв. «міністра культури» М. Желтякова, оприлюдненою ним на брифінгу наприкінці 2019 р., у 2019 р. до мінкульту було подано більше 190 пакетів документів на реєстрацію (інших релігійних течій, не УПЦ МП) [13]. Згідно зі звітом «мін культу», у 2019 р. подано більше 205 пакетів документів, з них на облік узято 39 релігійних груп, прийнято 61 рішення про державну реєстрацію релігійної організації. Разом із тим 28 групам відмовлено в постановці на облік, а 31 релігійній організації відмовлено в державній реєстрації [12]. Релігійні організації та релігійні групи – це два види релігійних об'єднань згідно з тамтешнім «законодавством».

З іншого боку, є інформація, що станом на 28 лютого 2019 р. (тобто в переддень перед припиненням прийому документів) подано тільки «більше 100 заяв» [14]. Варто відзначити, що, згідно з отриманою інформацією, на цих засіданнях указувалося на те, що релігійні об'єднання не поспішають подавати документи, і підкреслювалося, що діяльність фактично діючих релігійних організацій, які не подали документи для державної реєстрації в установлений термін, буде заборонена й, отже, разом із заборною на здійснення діяльності вони втратять права на користування майном.

Варто підкреслити, що в процесі процедури перереєстрації окупаційна влада (навіть коли відмовляла в перереєстрації) отримувала майже всі дані про діяльність громад, її членів тощо. Документи громадам, що не отримали перереєстрацію, не поверталися.

Тобто, згідно з наявною суперечною та обмеженою інформацією, можна зробити попередній висновок, що перед нами принаймні три групи об'єднань: перша – це громади УПЦ МП, друга – ті організації, що діяли на 14 травня 2014 р. (у цей день прийнято «конституцію ДНР»), і ті, що виникли вже після цього. Для УПЦ МП, як ми вже вказали, була задіяна спрощена процедура легалізації. Друга група мала подати документи до 1 березня. Для інших процес реєстрації триває. Отже, згідно з тією обмеженою інформацією, яку можна знайти, станом на 1 березня 2019 р., документи на реєстрацію подали близько 100 об'єднань серед тих, що мали бути перереєстровані. Ми нині не можемо впевнено казати про природу зареєстрованих

громад, яка кількість із них це перереєстровані, а яка наново зареєстровані. Очевидно поки що те, що станом на кінець 2019 р. на окупованій території Донецької області діяло принаймні 254 організації УПЦ МП, 39 релігійних груп і 61 релігійна організація інших течій. Попри те що велика частина громад не пройшла перереєстрацію, вони продовжували діяти на свій страх і ризик, але водночас ставали й об'єктом прискіпливої уваги з боку окупаційної влади.

На служителів та активних віруючих чиниться тиск, їх опитують, до них приходять співробітники МГБ, опитують колег, сусідів, служителів регулярно заарештовують, переслідують громади, які не пройшли реєстрацію, але все одно принаймні частина з наявних там громад продовжує збиратися й проводити богослужіння. Відповідні органи здійснювали рейди з метою виявлення «незаконно діючих» громад і здійснення щодо них відповідних акцій. Так, наприклад, у грудні 2019 р. органами «прокуратури» Макіївки проведено «перевірку» за фактом здійснення діяльності громади Церкви християн віри євангельської (п'ятидесятників) «Ковчег Заповіту». На керівництво громади відкрито адміністративне провадження й накладено штраф.

Висновки. Можна стверджувати, що впродовж 2014–2020 рр. на тимчасово непідконтрольних районах Донеччини окупаційною адміністрацією була загалом сформована та набула відповідних форм і проявів політика щодо наявних там релігійних спільнот, закладені формально-юридичні, законодавчі засади здійснення цієї політики, відбулося інституційне впорядкування та розподіл функціональних обов'язків органів окупаційної адміністрації, на які покладено завдання реалізації політики щодо релігійних спільнот як на законодавчому, так і виконавчому рівнях.

Аналіз специфіки технологій впливу на релігійне середовище передусім таких методів і засобів, як практика реєстрації, перереєстрації, легітимації релігійних організацій, практика релігієзнавчої експертизи, дає змогу саме ці технології вважати ключовими механізмами селекції та контролю за релігійним середовищем.

Політика щодо релігійних організацій має на меті взяття під контроль наявних релігійних конфесій, проведення їх селекції.

Здійснення тиску на релігійні організації поставило їх керівництво перед вибором: або йти на виконання цих вимог (в умовах загрози заборони будь-якої релігійної діяльності, конфіскації храмів тощо), або тим чи іншим чином ігнорувати ці вимоги й діяти в підпіллі чи взагалі припиняти діяльність (в умовах тиску з боку спецслужб і реальної небезпеки репресій).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Васін М. Свобода думки, совісті та релігії: права релігійних громад. URL: <https://helsinki.org.ua/svoboda-dumky-sovisti-ta-relihiji-prava-relihijnyh-hromad-m-vasin/> (дата звернення: 12.06.2021).
2. Ситуація зі свободою віросповідання на окупованому Донбасі гірша, ніж у Криму – правозахисники. URL: https://zmina.info/news/situacija_zi_svobodou_virosprovidannija_na_okupovanomu_donbasi_girsha_nizh_u_krimu_pravozahisniki_/ (дата звернення: 23.09.2021).
3. Козловський І. Порушення прав і свобод віруючих та релігійних організацій на окупованих територіях Донеччини (2014–2019 рр.). *Процеси формування в Україні громадянського суспільства та політичної нації* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Маріуполь, 26 квітня 2019 р., ДонДУУ). Маріуполь : ДонДУУ, 2019. С. 129–132.
4. Луковенко І.Г. «Русский мир» як виклик українському громадянському суспільству. *Стратегічний потенціал державного та територіального розвитку* : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (наукове електронне видання), м. Маріуполь, 9 жовтня 2020 р. Маріуполь : ДонДУУ, 2020. С. 223–226.
5. Во что верят «ЛНР» и «ДНР»? URL: <https://realgazeta.com.ua/vo-chto-veryat-lnr-i-dnr/> (дата звернення: 18.10.2021).
6. Гераськов С.В., Фесенко А.М. Релігійна безпека на тимчасово окупованих територіях: стратегії та рішення для країн Східного партнерства : аналітична доповідь. Київ : ДКС-Центр, 2020. 40 с.
7. В «ДНР» введена обов'язальна «реєстрація» всіх релігійних організацій і ужесточені їх перевірки. URL: <http://www.ostro.org/general/society/news/502532/> (дата звернення: 13.09.2021).
8. Отчет о работе Комитета Народного Совета по делам общественных объединений и религиозных организаций за 2016 год. URL: <https://dnrsovet.su/otchet-komiteta-narodnogo-soveta-po-delam-obshhestvennyh-obedinenij-i-religioznyh-organizatsij/> (дата звернення: 05.11.2021).
9. В ДНР защищены права всех религиозных групп. URL: <http://dnr-online.ru/v-dnr-zashhishheny-prava-vsex-religioznykh-grupp/> (дата звернення: 16.09.2021).
10. Народный Совет определил особенности ведения религиозной деятельности (видео). URL: <https://dnronline.su/2020/03/27/narodnyj-sovet-opredelil-osobennosti-vedeniya-religioznoj-deyatelnosti/> (дата звернення: 16.09.2021).
11. В «ДНР» решили ужесточить проверки религиозных организаций. «Чтобы исключить преступную деятельность». URL: <https://www.ostro.org/general/society/news/531348/> (дата звернення: 16.09.2021).
12. Отчет о работе Министерства культуры Донецкой народной республики. URL: <http://www.mincult.govdnr.ru/otchet-o-rabote-ministerstva-kultury-doneckoy-narodnoy-respubliki-v-2019-godu> (дата звернення: 17.09.2021).
13. Министр культуры Донецкой Народной Республики подвел итоги деятельности ведомства за 2019 год. URL: <http://www.mincult.govdnr.ru/news/ministr-kultury-doneckoy-narodnoy-respubliki-podvel-itogi-deyatelnosti-vedomstva-za-2019-god> (дата звернення: 18.09.2021).
14. Состоялось очередное заседание Экспертного совета по проведению государственной религиозно-экспертной экспертизы. URL: <http://www.mincult.govdnr.ru/news/sostoyalos-ocherednoe-zasedanie-ekspertnogo-soveta-po-provedeniyu-gosudarstvennoy-1> (дата звернення: 23.10.2021).

РОЛЬ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ В ПОШИРЕННІ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ФЕМІНІЗМ СЕРЕД МОЛОДИХ ДІВЧАТ ТА ЖІНОК

THE ROLE OF THE MEDIA IN SPREADING INFORMATION ABOUT FEMINISM AMONG YOUNG GIRLS AND WOMEN

У статті окреслено актуальність явища фемінізму для сучасного світу та популярність феміністичних ідей в Україні, розкрито основні завдання феміністичного руху, надано історичний тезисний опис зародження феміністичного руху, зокрема й в Україні, та його основні причини.

Охарактеризовано засоби масової інформації як популярний, доступний і впливовий ресурс постачання та отримання нових знань. Окреслено основні функції засобів масової інформації, об'єкти їх впливу, охарактеризовано можливості сучасних засобів масової інформації та їх значення в сучасному суспільстві. Розглянуто роль засобів масової інформації в поширенні контенту та інформуванні молоді, зокрема молодих дівчат і жінок, щодо явища фемінізму та подій, пов'язаних із ним.

У статті також представлено результати авторського дослідження, проведеного серед дівчат і молодих жінок міста Херсона стосовно обізнаності цієї категорії осіб про явище фемінізму. Дослідження проведене методом анкетного опитування (за формою це онлайн-опитування). У статті описано результати опитування респонденток стосовно розуміння ними поняття «фемінізм» та частоти, з якою респондентки зустрічаються із цим поняттям. Виявлено дані щодо основних джерел отримання інформації про явище фемінізму та форми, за допомогою яких інформація поширюється безпосередньо засобами масової інформації. У межах дослідження виявлено також особисте ставлення молодих жінок і дівчат до фемінізму, їхню особистісну ідентифікацію феміністичного спрямування та найпоширеніші різновиди феміністичної самоідентифікації респонденток. Також представлено думку респонденток щодо перспектив явища фемінізму та його впливу на зміни в суспільстві відповідно до феміністичної ідеології.

Результати авторського дослідження представлені у статті у вигляді якісної та кількісної інформації – опису отриманих даних і діаграм із результатами опитування.

Ключові слова: фемінізм, молодь, засоби масової інформації, феміністичний рух.

The article outlines the relevance of feminism for the modern world and the popularity of feminist ideas in Ukraine, reveals the main tasks of the feminist movement, provides a historical thesis description of the emergence of the feminist movement, including Ukraine, and its main causes.

We describe the mass media as a popular, accessible and influential resource for supplying and receiving information. The main functions of the media, the objects of their influence are outlined, the capabilities of modern media and their importance in modern society are described. Consider the role of mass media in content distribution and informing young people, especially young girls and women, about feminism and events related to it.

The article also presents the results of the author's research that was conducted amongst young girls and women of Kherson in regards to how young girls and women are informed about feminism. The survey was carried out by means of an online questionnaire survey. The publication describes the results of the survey of respondents regarding their understanding of the concept "feminism" and the frequency with which they encounter this concept; data on the main sources of information about feminism and forms of information dissemination directly by mass media were obtained.

The research also revealed personal attitudes of young girls and women of Kherson towards feminism, their personal identification with feminist orientation, and the most common feminist self-identification of respondents. Also, we have represented respondents' opinions regarding perspectives of feminism and its influence on changes in the society as far as feminist ideology is concerned.

The results of the author's research are presented in the article as qualitative and quantitative information: description of the data obtained and diagrams with the survey results.

Key words: feminism, young people, mass media, feminist movement.

УДК 31.316.77

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.2>

Черкашина Т.О.

к.соціол.н.,

доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та соціології Херсонський державний університет

Шапошникова І.В.

д.соціол.н.,

професор кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та соціології Херсонський державний університет

Ломейко А.Д.

учениця 10 ІМЕ класу

Херсонський академічний ліцей імені О.В. Мішукова

Херсонської міської ради при

Херсонському державному університеті

Незважаючи на те, що явище фемінізму є досить новим, погляди щодо жінки, її прав і становища в суспільстві простежуються в різних культурах та сягають ще часів стародавніх цивілізацій. Однак тільки у XVIII–XIX ст. прогресивними філософами та мислителями було створено перші доктрини громадянської рівності жінок і чоловіків, у яких було відображено становище жінки. На межі цих століть оформилася й феміністська теорія.

Фемінізм сьогодні розглядається не лише як ідеологія та доктрина певної філософської течії, де висвітлюються питання рівності жінок у різних сферах життєдіяльності

суспільства, а й уже як інтелектуальних рух. Проте предметним завданням фемінізму, як зазначає Г. Конціцка, залишається прагнення ліквідувати «систематичне вивіщення чоловіків над жінками», з'ясувати та показати всі наявні, актуальні форми, приклади такої домінації, щоб суспільство могло припинити цю дискримінацію. Важливим завданням є подолання залишків тих стійких упереджень стосовно ролі жінки в суспільстві, які ще донедавна мали значний вплив у більшості країн світу, оскільки поступовий відхід від них розпочався лише в останній третині ХХ ст. [1, с. 20].

Нині в Україні забезпечення гендерного рівноправ'я є нагальною проблемою, яка потребує вирішення не лише в контексті євроінтеграційних прагнень, а й з огляду на розвиток демократії загалом.

Як у всьому світі, так і в Україні зокрема ідеї фемінізму стають дедалі популярнішими та поширюються швидкими темпами. Питання фемінізму є досить цікавим і вже багато років викликає інтерес як дослідників, так і звичайних громадян, особливо дівчат та молодих жінок, яких воно безпосередньо стосується та які є його потенційною рушійною силою.

Сьогодні найпопулярнішим, найдоступнішим та найбільш впливовим засобом інформування є засоби масової інформації (далі – ЗМІ). Саме вони є нині для громадян, зокрема молодого покоління, основним джерелом інформації про фемінізм, його активність, позиції, ідеї. ЗМІ часто є не лише джерелом інформування, а й засобом маніпулювання та пропаганди феміністичних поглядів і мотивів. Вони впливають на свідомість, ментальну, соціальну та навіть політичну ідентифікацію молоді. Саме тому автори роботи порушили питання щодо джерел отримання інформації та обізнаність про фемінізм серед сучасних молодих дівчат і жінок.

Явище фемінізму, його роль, ідеї та погляди розкриті у працях таких західних учених, як С. Керролл, Н. Лікке, К. Уест та інші. З-поміж вітчизняних дослідників, які вивчали витоки й історію жіночих і гендерних студій, виокремлюємо таких українських науковців, як О. Ільченко, О. Кісь, М. Маєрчик, Т. Марценюк, І. Шапошникова.

У працях О. Ваганової, Ю. Горського, Г. Солганік, І. Шапошникової досліджувалося питання взаємодії засобів масової інформації та суспільства. У роботах Б. Грушина, М. Гершун, Г. Дилигенського, Г. Мельник, Є. Пораненого, В. Стьопіна, Ж. Тощенко, І. Шапошникової, Є. Шестопал розкривалося питання впливу засобів масової інформації на свідомість особистості.

Мета роботи полягає в дослідженні ролі засобів масової інформації в поширенні інформації про фемінізм серед дівчат та молодих жінок.

У Європі в середні віки панувала думка, що жінки за біблійною традицією є грішними через первородний гріх Єви, а також, звичайно, морально й інтелектуально слабшими, ніж чоловіки. Отже, це використовувалося з метою виправдання тих фемініцидів, які були поширені в середньовіччі, зокрема полювання на відьом, заборони жінкам мати власність, здобувати освіту; жінки мали право працювати лише безоплатно, а також повинні були слухатися батька або чоловіка.

Жінки завжди зазнавали утиску у правах, через це ідеї рівності висловлювалися чи не

всіма відомими жінками протягом історії людства [9, с. 741].

У другій половині XVII ст., коли побутувала думка про те, що жінка займає в суспільстві нижче положення, ніж чоловік, який є його центром, починається зародження європейського фемінізму саме як суспільного руху, який отримав поширення в більшості європейських країн. Уперше вимоги щодо рівноправ'я на політичному рівні були висунуті феміністками під час Війни за незалежність у США (1775–1783 pp.) [8, с. 29].

На території сучасної України в середовищі простолюду жінку ніколи не сприймали як слабку стать у фізичному плані, оскільки жінки, як і чоловіки, важко працювали, при цьому ніхто не зважав на їхню стать. Однак у більш привілейованих верствах жіночі права утискалися, що створювало великий дисонанс. Саме це свого часу допомогло поширити феміністичні ідеї на теренах України.

Тривалий час формувалася феміністська ідеологія, відбувався розвиток і становлення феміністських рухів. Сьогодні їх досить багато. Усі вони різні за своїми цілями, стратегіями та приналежністю. Різні види фемінізму в сучасному світі досить часто перетинаються між собою, а деякі феміністки навіть ототожнюють себе з декількома напрямками феміністської думки.

Основним джерелом інформації загалом та про фемінізм зокрема для сучасного молодого покоління є засоби масової інформації. Вони в сучасному суспільстві мають велику значущість і чинять беззаперечний вплив. Більшість людей не може навіть уявити собі життя без телебачення, інтернету, соціальних мереж, електронної пошти тощо. З кожним роком їх роль у суспільстві тільки зростає. Сучасні засоби масової інформації набули нових функцій, сьогодні без них майже неможливі соціальна взаємодія та спілкування. За допомогою ЗМІ сьогодні можна здійснювати купівлю товарів та отримувати послуги, вони відкривають доступ до будь-якої інформації, дають змогу розмістити власний медіаконтент. Основною метою діяльності сучасних ЗМІ є вплив на суспільну думку.

Засоби масової інформації також здійснюють досить великий вплив на засвоєння сучасною молоддю низки соціальних норм, формування в неї системи ціннісних орієнтацій. Вони є ресурсом неформальної освіти та просвіти молоді. Важливо зауважити, що сучасні умови життя молодої людини засновані на таких орієнтирах розвитку, які ґрунтуються на дедалі зростаючій ролі так званого «інформаційного способу життя» [4, с. 266–275].

Одним із прав людини, яке найтісніше пов'язане зі ЗМІ, вважається право на свободу переконань і їх вираження, що саме по собі

є передумовою для здійснення цілої низки інших прав і свобод.

Засоби масової інформації в сучасному суспільстві чинять неабиякий вплив на формування свідомості людей, системи цінностей, щоденних звичок, уподобань, смаків і, звісно, поглядів. ЗМІ можуть відображати інтереси як суспільства загалом, так і представників різних соціальних верств та груп, окремих особистостей. ЗМІ сьогодні не просто транслюють те, що відбувається навколо, а вже навіть конструюють певний світ, який згодом для споживача перетворюється на реальне життя. Вони передають зразки цінностей, стиль життя та звички, моделі поведінки, які згодом переймаються суспільством [3, с. 372–376].

Одним з основних об'єктів дії інформаційних ЗМІ сьогодні є велика група людей – молодь, котра становить аудиторію того чи іншого конкретного ЗМІ. Дослідники наголошують на тому, що засоби масової інформації чинять досить великий вплив на молоде покоління щодо вибору ним певного стилю життя, відповідних моделей поведінки не лише інформаційно, а й на прикладі зразків, які часто транслюються через ЗМІ [6; 7].

Крім того, засоби масової інформації завдяки власним ресурсам і можливостям можуть безпосередньо вплинути на згуртування людей. Однак ЗМІ можуть не лише об'єднувати громадян, а й роз'єднувати їх, якщо транслюють «чужі» цінності й ідеали, зображують деструктивні приклади поведінки, що підривають соціально-психологічний клімат у країні [2, с. 45–52].

У суспільстві, де відбуваються трансформаційні зміни, роль засобів масової інформації стає вагомішою, а їх контент – більш впливовим, оскільки саме в такі нестійкі періоди громадяни потребують об'єктивного та правдивого оцінювання суспільних явищ і подій. Сучасні масмедіа значною мірою нівелюють соціокультурне відтворення окремої особистості та орієнтують її на масове споживання.

Питання взаємодії ЗМІ та їх молодіжної аудиторії стоїть сьогодні досить гостро, оскільки саме для молоді характерне масове споживання інформаційного контенту.

З метою дослідження ролі ЗМІ в поширенні інформації про фемінізм серед дівчат і молодих жінок нами було проведено емпіричне дослідження.

Методом дослідження було анкетне онлайн-опитування (за допомогою Google-форми) дівчат та молодих жінок міста Херсона, яке здійснювалося впродовж жовтня – листопада 2021 р. Було опитано 128 респонденток віком від 14 до 35 років. Застосовувався метод випадкової вибірки. Анкета включала здебільшого запитання закритого типу, де рес-

пондентка могла вибрати з багатьох варіантів відповідей той, який найкраще відображає її думку; також були відкриті запитання для можливості висловити власні погляди. Запитання анкети були спрямовані на виявлення розуміння дівчатами та молодими жінками поняття «фемінізм», розкриття власного ставлення до нього, джерел отримання інформації про фемінізм і явища, пов'язані з ним, частоти та якості отримуваної інформації тощо.

З-поміж опитаних 128 респонденток 28 осіб – це дівчата, які навчаються у школах, ліцеях і коледжах міста Херсона; 48 осіб – дівчата та молоді жінки, котрі навчаються в херсонських закладах вищої освіти; 44 особи – молоді жінки, які працюють; 8 осіб – жінки й дівчата, які не працюють, не навчаються (ведуть домашнє господарство або перебувають у декретній відпустці).

З метою виявлення розуміння дівчатами та молодими жінками поняття «фемінізм» нами були поставлені такі запитання: «Чи чули Ви про таке явище, як фемінізм?» (див. рис. 1) та «Як Ви розумієте поняття “фемінізм”?».

На перше запитання всі респондентки надали ствердну відповідь – усі без винятку чули про явище фемінізму. Що ж до розуміння цього явища, то відповіді респонденток були однастайними, проте по-різному трактувалися (запитання було відкритим): майже всі дівчата та жінки вважають, що фемінізм – це «боротьба з дискримінацією жінок та домінуванням чоловіків у суспільстві», «боротьба за рівноправність між чоловіком і жінкою», «рух, що відстоює права жінок у суспільстві».

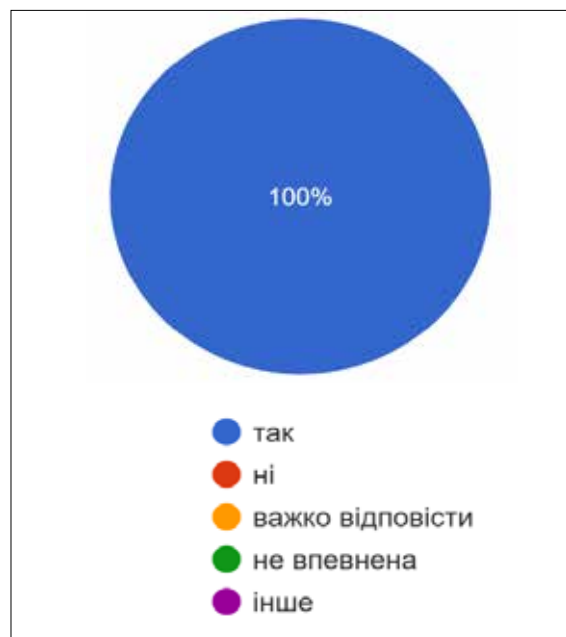


Рис. 1. Чи чули Ви про таке явище, як фемінізм?

Відповіді на запитання про те, як часто опитані зустрічаються з поняттям «фемінізм», наведені на рис. 2.

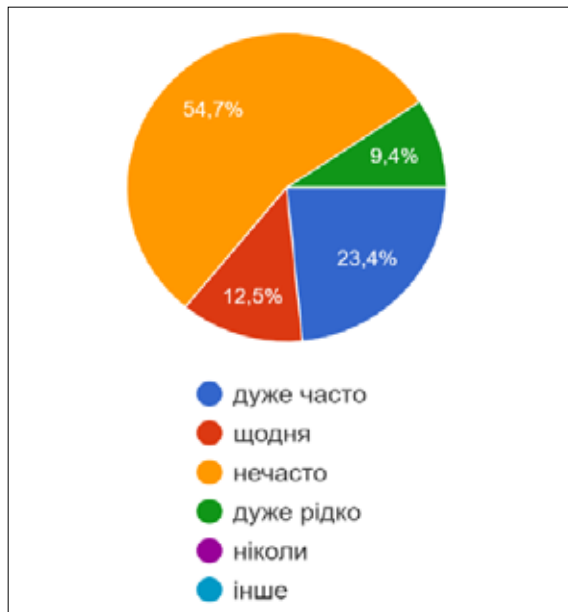


Рис. 2. Частота, з якою зустрічається поняття «фемінізм»

Щодо запитання про те, звідки зазвичай респондентки дізнаються про явище фемінізму (чують, читають, бачать у новинах тощо), з-поміж усіх ЗМІ у відповідях переважають мережа Інтернет (75%) та телебачення (35,9%). Найрідше інформацію здобувають із друкованих засобів масової інформації (3,1%) та завдяки радію (1,6%).

На думку опитаних, телебачення поширює здебільшого таку інформацію про фемінізм: відомості про акції та протести феміністичних рухів (62,3%); явище згадується в новинах (35,8%); інформація про відомих феміністок, активісток (24,5%); передачі, шоу, програми про фемінізм і все, що з ним пов'язано (13,2%); документальне відео про історію, течію та сучасні різновиди фемінізму (9,4%); наукові передачі та виступи дослідників фемінізму (5,7%).

Дівчата та молоді жінки, які брали участь в опитуванні, інформацію про фемінізм із мережі Інтернет найчастіше отримують у вигляді фото, картинок, відео (46,8%); читають публікації та новини про фемінізм і феміністок (43,5%); беруть участь в онлайн-опитуваннях, пов'язаних із тематикою фемінізму (22,6%); цікавляться феміністичними акціями, протестами, заходами (16,1%); дивляться блоги феміністок (12,9%). По 3,2% респонденток у мережі Інтернет спілкуються з представниками феміністичних рухів та організацій та приєднуються до груп, у яких обговорюються питання фемінізму.

Друковані засоби масової інформації висвітлюють фемінізм найчастіше у вигляді новин (44,7%); під час рекламування подій (19,1%); у вигляді фотофактів (29,8%); через опубліковані інтерв'ю з видатними людьми, які мають відношення до фемінізму (10,6%); шляхом опитування читачів (6,4%) та у вигляді наукових публікацій (2,1%).

Радіо інформацію про фемінізм зазвичай висвітлює в розділі новин (50%); шляхом тематичних програм (21,4%); організації інтерв'ю з людьми, котрі мають відношення до явища фемінізму (11,9%); рекламування подій, пов'язаних із феміністичним рухом та організаціями (14,3%); завдяки запрошуванню до ефіру феміністок (7,1%).

Також варто зазначити, що 7,7% опитаних дівчат і молодих жінок разом із родичами або друзями дивляться та обговорюють передачі й заходи феміністичного спрямування, а 9,6% респонденток досить часто сперечаються під час обговорення акцій і виступів представників феміністичних рухів.

Результати опитування щодо особистого ставлення до фемінізму дівчат та молодих жінок, які брали участь у дослідженні, можна побачити на рисунку 3. Що цікаво, жодна з опитаних дівчат і жінок не вважає явище фемінізму виключно негативним явищем.



Рис. 3. Ставлення респонденток до фемінізму

На запитання «Чи вважаєте Ви себе феміністкою / феміністично спрямованою особистістю / прихильницею фемінізму?» відповіді опитаних були неоднозначними (див. рис. 4). Тим жінкам та дівчатам, які позиціонують себе



Рис. 4. Чи вважаєте Ви себе феміністкою / феміністично спрямованою особистістю / прихильницею фемінізму?

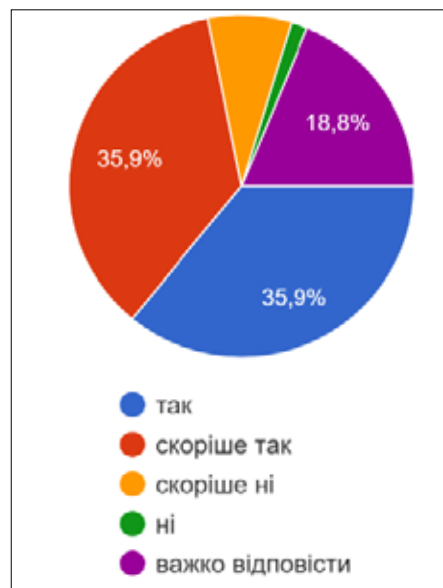


Рис. 5. Перспективи фемінізму змінити суспільство відповідно до ідеології руху

як феміністки, прихильниці фемінізму або феміністично спрямовані особистості, було запропоновано відкрите запитання щодо течії / різновиду фемінізму, з яким вони себе ідентифікують або який їм ближчий за ідеологією. На це запитання відповіді були неоднозначними, напевно, через те, що не всі респондентки обізнані із сучасними течіями фемінізму, що стало на заваді наданню остаточних відповідей. Проте серед інших відповідей переважали такі течії фемінізму, як ліберальний, аболіціоністський, політичний, філософський (вказані за низхідною актуальністю).

Відповіді респонденток на запитання «На Вашу думку, чи можуть фемінізм та його вияви в перспективі змінити суспільство відповідно до ідеології фемінізму?» наведені на рисунку 5.

Результати авторського дослідження переконали нас у тому, що досить багато дівчат і молодих жінок здобувають інформацію про фемінізм та явища й процеси, пов'язані з ним, саме через засоби масової інформації. Найбільш популярними та використовуваними є мережа Інтернет і телебачення, які переважно публікують феміністичні фотофакти, транслюють новини про акції, заходи представників (представниць) та учасників (учасниць) феміністичного руху, публікують інформацію про феміністок та активісток (активістів) чи інтерв'ю з ними, організують тематичні передачі та шоу, пов'язані з питаннями фемінізму, тощо.

З огляду на зазначене можна констатувати, що засоби масової інформації є основним джерелом привернення уваги молоді до феміністичних явищ і процесів, які відбуваються у світовому та українському суспільстві,

та джерелом залучення молодого покоління до цих процесів. Відповідно, виникає необхідність того, щоб ЗМІ більш відповідально ставилися до інформації, яку поширюють, зважали на потреби й можливості користувачів, оскільки саме вони можуть не тільки позитивно вплинути на формування особистості молодих людей, а й допомогти у визначенні соціальної позиції молоді (у контексті нашої наукової роботи – соціальної позиції молодих жінок і дівчат).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Конціцка Г. Теоретико-методологічні основи дослідження феміністських рухів у політиці : дис. ... канд. політ. наук. Львів, 2016. 219 с. URL: https://www.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/03/dis_konsiska.pdf.
2. Куц Ю. Національна свідомість і самосвідомість у етнополітиці й державотворенні. *Актуальні проблеми державного управління* : науковий збірник. Харків : Харківська філія УАДУ, 2000. № 2(7). С. 45–52.
3. Черкашина Т., Каранда В. Вплив засобів масової інформації на молодь. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі* : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Запоріжжя, 9–10 квітня 2020 р. / редкол. : В. Погребна, В. Попович, Н. Островська, Т. Серга та ін. Запоріжжя : НУ «Запорізька політехніка», 2020. С. 372–376.
4. Чутова Н. Масс-медиа как социальный институт и его функции в украинском социальном пространстве. *Соціальні технології*. 2009. № 43. С. 266–275.
5. Шапошникова І. Дискримінація жінки як соціальна проблема. *Сучасні соціально-педагогічні процеси в Україні: тенденції, реалії, перспективи* :

підсумкова збірка наукових робіт студентів та магістрантів Інституту психології, історії та соціології ХДУ. Херсон, 2009. Вип. 2. С. 136–138.

6. Шапошникова І. Дослідження впливу телебачення на формування цінностей сучасної студентської молоді. *Вісник Академії праці і соціальних відносин Федерації профспілок України* : науковий збірник. 2012. № 4(64) : Соціологічні науки. С. 19–25.

7. Шапошникова І. Молодіжна культура в сучасному інформаційному суспільстві. *Молодь в умовах*

нової соціальної перспективи : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. Вип. 14. Ч. I. С. 166–169.

8. Kinnaird J. Mary Astell: Inspired by ideas. *Feminist Theorists. Three Centuries of Women's Intellectual Traditions*. London : The Women's Press, 1983. P. 29.

9. The Feminist Companion to Literature in English / V. Blain, P. Clements, I. Grundy (eds.). London : Batsford, 1990. 1252 p.

СЕКЦІЯ 2

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЛІДЕРА

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF INFLUENCE ON LEADER EFFICIENCY

УДК 159.922; 159.9.072.43
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.3>

Ассєва Ю.О.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психіатрії,
медичної та спеціальної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Мельничук І.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психіатрії, медичної
та спеціальної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Кузнецова А.В.

викладач кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут ПрАТ
«ВНЗ «Міжрегіональна Академія
управління персоналом»

Проблемами визначення основних характеристик лідерів займалися ще філософи Античності. Нині залишається безліч питань, які стосуються понять лідерства, інтелекту, емоцій, успішності тощо. Попри зацікавленість цими феноменами, вчені й досі не завжди можуть прийти до узгодженого розуміння як терміна емоційного інтелекту, так і терміна лідерства. Існує безліч визначень та теорій щодо цих феноменів. Мета дослідження – виявлення взаємозв'язку емоційного інтелекту та ефективності лідерства.

У роботі ми використовували такі методи дослідження: теоретичний (аналіз та узагальнення соціальної та психологічної літератури), психодіагностичний та математико-статистичний методи.

Вибірку склали особи, які працюють у різних державних органах, займають посади різноманітних рівнів державної служби та мають стаж роботи від 1 року до 20 років. Загалом ми опитали 64 осіб у віці від 22 до 42 років.

За результатами проведеного нами емпіричного дослідження можна зазначити, що за наявності внутрішньої мотивації та віри особистості у справу, якою вона займається, знаходяться внутрішні механізми пошуку найбільш ефективного стилю керування та організації осіб, яких можливо залучити до досягнення поставленої мети. Уміння керувати емоціями інших має прямий і достовірний зв'язок із високоефективним типом лідерства. Це вказує на те, що чим вищим є рівень уміння розпізнавати та спрямовувати виявлені емоції інших у правильне та ефективне русло їх реалізації, тим вищим буде рівень обраного ефективного типу прояву лідерської позиції, що сприяє більш швидкому виконанню поставлених завдань.

Ключові слова: емоційний інтелект, лідер, керівник, управлінська діяльність.

The philosophers of antiquity also dealt with the problems of determining the main characteristics of leaders. And today there are many questions related to the concepts of leadership, intelligence, emotions, success and more. Despite the progressive interest in these phenomena, scientists still can not always come to a consistent understanding of both the term emotional intelligence and the term leadership, there are many definitions and theories about these phenomena. The purpose of the study is to identify the relationship between emotional intelligence and leadership effectiveness.

Research methods: theoretical (analysis and generalization of social and psychological literature), psychodiagnostic and mathematical-statistical methods.

The sample consisted of persons who work in various government agencies, hold positions at various levels of the civil service and have work experience from 1 to 20 years. In total, we interviewed 64 people aged 22 to 42 years.

According to the results of our empirical research, it can be noted that with the faith and internal motivation of the individual in the business in which he is engaged, there are internal mechanisms for finding the most effective management style and organization of persons who can be involved in achieving this goal. The ability to manage the emotions of others has a direct reliable relationship with a highly effective type of leadership, which indicates that the higher the ability to recognize and direct the emotions of others in the correct and effective direction of their implementation the higher the level of selected effective leadership, which contributes to faster execution of tasks.

Key words: emotional intelligence, leader, manager, managerial activity.

Дослідженням феномену лідерства займалися ще древньогрецькі філософи, однак досі залишається безліч питань, які пов'язані із особистістю лідера, його чутливістю та емоційністю, із основними характеристиками та рівнем інтелекту, із змістовим наповненням цього поняття, та ще багато інших питань, які потребують поглибленого дослідження. Сьогодні достатньо гостро постає проблема компетентності людини в розумінні й вираженні емоцій, бо досить часто штучно нав'язується культ раціонального ставлення до життя як певний еталон непохитної та позбавленої емоцій людини, яка асоціюється із успішним

лідером. Постає питання наявності зв'язку між емоційним інтелектом та успішністю лідера.

Попри зацікавленість у цих феноменах, вчені й досі не завжди можуть прийти до узгодженого розуміння як терміна емоційного інтелекту, так і терміна лідерства.

Є.П. Ільїн висловлює думку про неможливість використання терміна «інтелект» в контексті емоційної складової частини особистості, бо інтелект визначається як здатність, а унікальних здібностей, пов'язаних з емоціями, не існує. Тобто в уявленнях про емоційний інтелект емоції підмінюються інтелектом, що, на думку автора, некоректно [2].

Натомість інші вчені сприймають феномен емоційного інтелекту як певний та особливий тип знання, що здатне не тільки впливати на особисте життя певного індивіда, а і мати великий вплив на інших людей [1; 7]. У такому контексті можна визначити вплив емоційного інтелекту на стиль керівництва та лідерську ефективність особистості.

Так, американський психолог Г. Гарднер, розглядаючи лідерську ефективність, виділив емоційну складову частину інтелекту – соціальний інтелект, який впливає на здатність розуміти людей та вміти керувати ними, впливаючи на їхні почуття. Проводячи дослідження, він встановив, що соціальний інтелект може бути відокремлений від загальних академічних здібностей. Отже, емоційний інтелект розглядається вченими як певна ланка соціального інтелекту, що включає відповідну здатність особи спостерігати і усвідомлювати як власні емоції, так і емоції інших людей та використовувати отриману інформацію для керування процесом мислення [3; 6; 8; 9].

На думку Г. Гарднера, поняття «інтелект» має багато складників та визначає широке коло можливостей. Сама модель інтелекту структурує множинність проявів певних його видів у відповідну одиницю часу. Модель інтелекту в структурованій організації простору може втілюватися у певних формах. Така модель разом з вербальним та логіко-математичним інтелектом може втілюватися у формі просторового, музичного, тілесно-кінестетичного, міжособистісного та внутрішньоособистісного інтелекту. Міжособистісний інтелект полягає у здатності бачити наявні прояви почуттів інших та використовувати отримані знання у майбутньому в сфері управління. Один з аспектів особистісного інтелекту також пов'язаний з почуттями інших і є дуже близьким до визначення поняття емоційного інтелекту, яке надають вчені Д.Д. Майєр, П. Селовей і Д.Р. Карузо [4; 5; 10; 11].

Керівник, на відміну від лідера, є офіційною особою, яка має певні повноваження, пов'язані з організацією діяльності всієї групи. Дані поняття істотно розрізняються за охопленням певних проблем, а також за процедурою висунання. Так, лідер висувається саме спонтанно, а керівника завжди призначають офіційно. Поняття «лідерство» і «керівництво» тісно пов'язані. Лідерів організації в даний час об'єднує деякий рівень розвитку певного емоційного інтелекту, який грає ключову роль у всій структурі особистісних якостей. Однак чітко сформульованих психологічних механізмів розвитку певного емоційного інтелекту, його впливу на вибір будь-якої моделі управлінської взаємодії, ініційованої лідером, побудованих на цьому знанні певних соціально-психологічних технологій ще не роз-

роблено. Крім того, відсутня сучасна науково обґрунтована модель, яка має описувати вплив зміни певного емоційного інтелекту лідера через управлінську взаємодію на зміну всієї культури сучасної організації. Актуальність теми зумовлена тим, що результативність у сфері активних сучасних професійних комунікацій («людина – людина») здебільшого визначається емоційними ключовими особливостями людини, в тому числі й лідерськими якостями та емоційним інтелектом [3; 6; 8].

Мета дослідження – виявлення взаємозв'язку емоційного інтелекту та ефективності лідерства.

У роботі ми використали такі методи дослідження: теоретичний (аналіз та узагальнення соціальної та психологічної літератури), психодіагностичний та математико-статистичний методи.

Теоретичний метод включав теоретико-методологічний аналіз, узагальнення соціальних, психологічних досягнень за темою дослідження.

У психодіагностичний комплекс увійшли такі методики: «Методика визначення рівня емоційного інтелекту» Г.С. Холла, «Методика визначення ефективності лідерства» Р.С. Немова, «Методика визначення наявності лідерських якостей особистості» Дж. Велча.

Вибірку склали особи, які працюють у різних державних органах, займають посади різноманітних рівнів державної служби та мають стаж роботи від 1 року до 20 років. Загалом ми опитали 64 осіб у віці від 22 до 42 років.

Одна із перших наукових моделей емоційного інтелекту була розроблена П. Селовеєм і Д. Мейєром, які побудували основу емоційного інтелекту, яка згодом була вдосконалена Д. Гоулманом. П. Селовей і Д. Мейєр визначають емоційний інтелект як «здатність відстежувати власні та чужі почуття й емоції, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для спрямування мислення і дій» [10; 11].

Автори частково переробили свою теорію і висунули нове визначення емоційного інтелекту: «Емоційний інтелект – це здатність переробляти інформацію, що міститься в емоціях, тобто визначати значення емоцій, їх зв'язки, використовувати емоційну інформацію як основу для мислення і прийняття рішень» [10; 11]. Тобто лідерська ефективність неможлива без вдосконалення навичок і наявності внутрішніх аспектів розвитку. Розвинутий емоційний інтелект лідера організації, безумовно, має великий вплив на стиль його керування.

Лідерство можна визначити як домінування одних членів певної групи над іншими її членами. Поняттям «лідер» позначають людину, яка грає домінуючу роль в певній структурі міжособистісних відносин. Отже, лідерство і керівництво тісно пов'язані між собою [1; 5].

Впроваджуючи та заохочуючи прояви емоційного інтелекту, засновник компанії "Sony" та її CEO (керівник вищої ланки) Акіо Моріта зазначив, що покликанням японського менеджера є встановлення нормальних взаємовідносин із працівниками, формування поважного ставлення до корпорації як до рідної сім'ї, розуміння того, що у працівників та управлінців як менеджерів компанії є спільна мета [3; 8].

Отже, лідерство є процесом впливу на людей, який породжений системою саме неформальних відносин. А керівництво – це наявність суворо структурованих формальних або офіційних відносин. Роль керівника задається певною формальною структурою, а його функції чітко визначаються [1; 4].

Розквіт креативності завжди спостерігається там, де керівник підтримує творчу активність підлеглих, взявши за правило впровадження навичок емпатичного слухання, проактивного мислення та запобігання проявам нездорової конкуренції.

Отже, можна виділити такі загальні принципи ефективного лідерського керівництва у сучасній організації:

- ефективності організаційних навичок керівника;
- запровадження проактивного мислення у прийнятті рішень;
- креативного підходу до вирішення задач управління;
- недопущення поширення нездорової конкуренції;
- інтегрування працівника та його здібностей у загальну місію компанії;
- знаходження альтернативи як ідеального рішення.

Отже, емоційний інтелект у прояві управлінської діяльності організацією не стільки містить уявлення про себе та інших, скільки фокусує увагу на використанні особистісних емоційних станів підлеглих для вирішення проблем і корегування поведінки з метою вирішення задач через призму запровадженої місії компанії.

Для виявлення взаємозв'язку емоційного інтелекту та ефективності лідерства ми дослідили ці характеристики серед осіб, які працюють у різних державних органах, займають посади різноманітних рівнів державної служби та мають стаж роботи від 1 року до 20 років.

Таблиця 1

Матриця кореляційного зв'язку К. Пірсона між рівнем емоційного інтелекту та наявністю лідерських якостей особистості

Шкали методик	Емоційна Обізнаність	Контроль Емоцій	Само-мотивація	Емпатія	Контроль емоцій інших	Загальний бал за методикою Дж. Велча
Емоційна обізнаність	1	-0,146	0,042	0,623**	0,344*	0,078
Контроль емоцій	-0,146	1	0,832**	-0,003	0,220	-0,039
Самомотивація	0,042	0,832**	1	0,210	0,365*	-0,087
Емпатія	0,623**	-0,003	0,210	1	0,743**	-0,072
Контроль емоцій інших	0,344*	0,220	0,365*	0,743**	1	-0,163

Примітки: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,000$.

Таблиця 2

Матриця кореляційного зв'язку К. Пірсона між рівнем емоційного інтелекту та ефективністю лідерства

	Емоційна обізнаність	Контроль емоцій	Само-мотивація	Емпатія	Контроль емоцій інших	Загальний бал за методикою Р.С. Немова
Емоційна обізнаність	1	-0,146	0,042	0,623**	0,344*	0,105
Контроль емоцій	-0,146	1	0,832**	-0,003	0,220	0,124
Самомотивація	0,042	0,832**	1	0,210	0,365*	0,099
Емпатія	0,623**	-0,003	0,210	1	0,743**	-0,089
Контроль емоцій інших	0,344*	0,220	0,365*	0,743**	1	-0,164

Примітки: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,000$.

Загалом ми опитали 64 осіб у віці від 22 до 42 років.

За результатами проведеного психодіагностичного дослідження був встановлений кореляційний зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та ефективністю лідерства (табл. 1 та 2).

За результатами проведеного детального аналізу отриманих даних можна відзначити, що емоційна обізнаність особистості передбачає високий рівень емпатії та можливість впливу на емоційний стан інших людей. На це вказують отримані результати кореляційного аналізу, які виявили позитивний і достовірний взаємозв'язок між показниками емоційної обізнаності та емпатії, а також між показниками емоційної обізнаності та контролю над емоціями інших ($r = 0,623$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,344$, $p \leq 0,05$). Такі результати свідчать про можливість керівника з розвинутою емпатією позитивно впливати на емоції своїх підлеглих та шукати вирішення питань через синергію та взаємозв'язок.

Необхідно зазначити, що особи, які мають достатньо високу внутрішню мотивацію, можуть достатньо вдало опановувати свої емоції за необхідності, про що свідчить наявність позитивного взаємозв'язку між показниками за субшкалами «самотивація» та «контроль емоцій» ($r = 0,832$, $p \leq 0,01$). Лідер, який має навички керування власними емоціями, може мотивувати себе на успіх та досягнення більш високого результату. Також самотивація сприяє розвитку контролю над емоціями інших ($r = 0,365$, $p \leq 0,05$). Чим вищим є рівень емпатії особистості, тим розвиненішими є навички контролю над емоціями інших ($r = 0,743$, $p \leq 0,01$). Це вказує на емоційну обізнаність ($r = 0,623$, $p \leq 0,01$). Тобто це означає таке: чим чіткішим є усвідомлення власних емоцій, тим вищою є емоційна обізнаність особистості.

Під час визначення кореляційних зв'язків між загальними балами за вибраними психодіагностичними методиками був встановлений позитивний і достовірний взаємозв'язок лише між інтегрованими загальними балами за методикою визначення рівня емоційного інтелекту Г.С. Холла та методикою ефективності лідерства Р.С. Немова ($r = 0,812$, $p \leq 0,01$). Отримані результати вказують на прямий зв'язок між емоційним інтелектом та рівнем ефективності лідерства.

Проаналізувавши основні теоретико-методологічні підходи до вивчення явищ емоційного інтелекту, лідерства, керівництва та управлінської взаємодії на історичному та на сучасному етапах, можемо відзначити, що інтерес до визначення емоційності

в управлінні та лідерстві сформувався ще за часів Античності і не згасає досі. Хоча у кожен період часу ефективне керівництво розглядали по-різному, однак зазначені якості завжди об'єднувалися у розвитку певних особистісних якостей управлінця. Людина з високим рівнем емоційного інтелекту діє як магніт: навколишні люди тягнуться до такої людини. Така особа часто стає лідером, адже вона веде за собою, керує і спрямовує. Певна робоча обстановка, яка створюється такою особою, залежить від стилю керівництва. Не існує єдиного правильного стилю лідерства, а вибір такого стилю залежить від конкретної ситуації.

Термін «емоційний інтелект» визначається як сукупність ментальних здібностей, що виражаються у когнітивних можливостях індивідуума та характеризуються його здатністю до розуміння та аналізу власних емоцій та емоцій оточуючих і наявністю можливостей до самотивації та самоорганізації.

Під лідерством розуміється наявність ефективних якостей особистості, що мають значний соціальний вплив, через який лідер отримує певну підтримку оточення для досягнення поставленої мети.

Саме емоційний інтелект лідера надає йому можливість змінювати організаційну культуру завдяки впровадженню принципів емпатії, взаєморозвитку та взаємодосконалення.

За результатами проведеного нами емпіричного дослідження можемо зазначити, що за наявності внутрішньої мотивації та віри особистості у справу, якою вона займається, знаходяться внутрішні механізми пошуку найбільш ефективного стилю керування та організації осіб, яких можна залучити до досягнення поставленої мети. Уміння керувати емоціями інших має прямий зв'язок із високоефективним типом лідерства. Чим вищим є рівень уміння розпізнавати та спрямовувати виявлені емоції інших у правильне та ефективне русло, тим вищим є рівень вибраного типу прояву лідерської позиції, що сприяє більш швидкому виконанню поставлених завдань.

Виявлені компоненти та механізми впливу емоційного інтелекту через прояв міжособистісного розуміння емоцій, емпатії, емоційної обізнаності дають змогу більш детально вивчити взаємозв'язок між проявами емоційного інтелекту та його впливом на організаційну культуру. Перспективою подальших досліджень є визначення значимості особистісних характеристик лідерів та їх когнітивних здібностей, що зумовлюють певний тип мислення та поведінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Васильєва О.А. Эмоциональное лидерство в деловом взаимодействии. *Educatio*. 2015. № 6. С. 155–158.
2. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. С. 242–244.
3. Климчук А.О., Михайлов А.М. Мотивація та стимулювання персоналу в ефективному управлінні підприємством та підвищенні інноваційної діяльності. *Маркетинг і менеджмент інновацій*. 2018. № 1. С. 218–234. URL: <https://mmi.fem.sumdu.edu.ua/sites/default/files/mmi>.
4. Лугова В.М., Ермоленко О.А. Діагностика здатності керівника-лідера до ефективної взаємодії. *Економіка та управління підприємствами*. 2013. № 3. С. 214–220. URL: https://www.problecon.com/export_pdf/problems-of-economy-2013-3_0-pages-214_220.pdf.
5. Осичка О., Гречкосій І. Лідерство-служіння як управлінська парадигма розвитку сучасних організацій. *Науковий вісник Одеського національного економічного університету*. 2019. № 5. С. 202–216. URL: <http://n-visnik.oneu.edu.ua/collections/2019/268/pdf/202-216.pdf>.
6. Савчук М.Р. Теоретичні основи дослідження емоційного інтелекту. *Ефективна економіка*. 2017. № 5. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=5608>.
7. Яковлева Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития. *Вопросы психологии*. 1997. № 4. С. 20–27.
8. Bar-On R. Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*. 2010. № 40 (1). P. 54–62.
9. Goleman D. Working with emotional intelligence. New York : Bantam, 1998. 383 p.
10. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits. *American Psychologist*. 2008. № 63 (6). P. 503–517.
11. Mayer J.D. Emotional intelligence information University of New Hampshire. 2005. URL: http://www.unh.edu/emotional_intelligence/.

ДО ПИТАННЯ ПРО ТРАСГЕНЕРАЦІЙНУ ПЕРЕДАЧУ КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ У ПРЕДСТАВНИКІВ УКРАЇНСЬКОГО ЕТНОСУ

ON THE ISSUE OF TRANSGENERATIONAL TRANSMISSION OF COLLECTIVE TRAUMA IN THE UKRAINIAN ETHNIC GROUP

Стаття присвячена висвітленню результатів наукових досліджень щодо феномену трансгенераційної передачі травми з огляду на чинну ситуацію в Україні. Стаття має на меті аналіз особливостей трансгенераційної передачі травми в рамках представників українського етносу, пошук потенційно вирішальних кроків на шляху до зменшення прояву трансгенераційної передачі у наступних поколіннях. Вживання терміна «етнос», а не «нація» зумовлене тим, що колективна травма також може охоплювати людей, які особисто не зіткнулися з травматичною подією, однак їхні предки були її свідками. Відомо, що серед найбільш травмогенних факторів для представників українського етносу були такі: Велика вітчизняна війна, екологічні катастрофи, Чорнобильська катастрофа, колективізація, репресії 30–40-х років, геноцид та Голодомор. Аналіз наукових досліджень показав, що серед найбільш деструктивних наслідків даних подій для наступних поколінь можна виділити амбівалентність почуттів, відчуття провини та сорому, пошук «героїчного рішення», відчуття страху та безпорадності, жагу до помсти та самоінфляцію. У нашому дослідженні травма розглядається крізь призму її походження (біологічно-демографічна, соціально-політична, культурна), а також крізь призму рівнів впливу (індивідуальний, колективний, культурний). Подальшу наукову роботу доцільно зосередити на емпіричних дослідженнях Революції гідності та анексії Криму. Дисонанс між історичними злочинами та необхідністю підтримувати позитивний імідж етносу може бути вирішений. До цього може спонукати створення нового групового нарративу, який визнає травму і використовує її як фон, щоб підкреслити поточну позитивну динаміку. Для цього необхідно виокремити вплив ключових травмуючих подій на покоління, які безпосередньо зіткнулися з ними, та проаналізувати потенційний вплив цих подій на наступні покоління.

Ключові слова: трансгенераційна передача, колективна травма, історична

травма, терапія травми, українська ідентичність.

This article is devoted to the coverage of the results of scientific research on the phenomenon of transgenerational transmission of trauma in view of the current situation in Ukraine. This article aims to analyze the features of transgenerational transmission of trauma within the Ukrainian ethnic group; search for potentially decisive steps towards reducing the phenomenon of transgenerational transmission in future generations. The use of the term "ethnicity" rather than "nation" is due to the fact that collective trauma can also involve people who have not personally experienced a traumatic event, but whose ancestors have witnessed it. It is known that among the most traumatic factors for the Ukrainian ethnic group were the following: the Second World War, environmental disasters, the Chernobyl disaster, collectivization, repression of the 30–40s, genocide and the Holodomor. Analysis of scientific research has shown that among the most destructive consequences of these events for future generations are ambivalence of feelings, feelings of guilt and shame, the search for a "heroic solution", feelings of fear and helplessness, desire for revenge and self-inflation. In this study, trauma is considered through the prism of the nature of its origin: biological and demographic; sociopolitical; cultural and levels of influence: individual; collective; cultural. Further research in this direction is seen in the empirical studies of the Revolution of Dignity and annexation. The dissonance between historical crimes and the need to maintain a positive image of the ethnic group can be resolved. This can be prompted by the creation of a new group narrative that recognizes the trauma and uses it as a background to emphasize the current positive dynamics. To do this, it is necessary to identify the impact of key traumatic events on the generations that directly faced them and analyze the potential impact on future generations.

Key words: transgenerational transmission, collective trauma, historical trauma, trauma therapy, Ukrainian identity.

УДК 159.9:316.4
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.4>

Смець Д.О.

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
другого року навчання
факультету психології та соціології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Проблема колективної травми для представників українського етносу є значущою, адже нові травматичні події накладаються на невід-рефлексовані травми минулого. В історичному розрізі досвід України є сумним з огляду на війни, репресії та геноциди, що мали місце на нашій території. У зв'язку із цим виникає потреба в аналізі потенційного впливу травмуючих подій на наступні покоління з метою превенції повторення негативного досвіду та подальшої інтеграції травми в культурний нарратив країни.

Хоча спочатку З. Фрейд стверджував, що перенесена і пригнічена травма викликає

невротичні симптоми, пізніше він поставив під сумнів це твердження та визнав важливість теорії несвідомих конфліктів і поставив динаміку несвідомих бажань і фантазій у центр подальших теорій. Внаслідок цього в психоаналізі з'явилась незліченна кількість робіт і визначень терміна «травма». Лаконічне визначення надають Г. Фішер та Л. Рідессер [1, с. 145–147], які визначають психологічну травму як «життєвий досвід невідповідності між загрозливими ситуаційними факторами та індивідуальними можливостями подолання, який супроводжується відчуттям безпорадності й, отже, є постійним

шоком, що негативно впливає на впевненість у собі та сприйняття світу». На думку авторів, травма виникає в життєвій ситуації, яка зводить нанівець правила нормальної обробки досвіду. Існують зміни в сприйнятті часу, простору і «Я» (рецепторна сфера). Оглядаючи ретроспективу, ті, хто страждає від травми, описують переживання повного поглинання та захоплення ситуацією, деперсоналізації («стояти поруч із собою»), дереалізації («це нереально, це як уві сні») або забуття вирішальних подій. У психоаналізі боротьба з психологічними травмами, викликаними зовнішніми факторами, такими як політичне та соціальне насильство, довгий час мала другорядне значення: Голокост, бомбардування, депортації, втечі та переслідування, а також проблеми насильства в сім'ях почали переосмислювати з 1980-х років [2, с. 48].

Колективна травма – це катаклізм, який руйнує основну тканину суспільства. Окрім жахливої втрати людських життів, колективна травма також є кризою сенсу. Термін «колективна травма» стосується психологічних реакцій на травматичну подію, які впливають на все суспільство. Колективна травма не просто зображає історичний факт, спогад про страшну подію, яка сталася з групою людей, в свідчить про те, що трагедія, представлена в колективній пам'яті групи людей, містить в собі потребу не лише у відтворенні подій, а й у постійному реконструюванні травми під час її осмислення. Колективна пам'ять про травму відрізняється від індивідуальної, оскільки колективна пам'ять зберігається за межами життя тих, хто пережив події. Травматичні події пам'ятають ті члени групи, які можуть бути далекими від травматичних подій у часі та просторі. Наступні покоління, тобто нащадки постраждалих від травм, які ніколи не були свідками реальних подій, можуть пам'ятати події інакше, ніж ті, хто їх пережив. У такому разі конструкція цих минулих подій може мати різну форму від покоління до покоління [3, с. 38].

Що стосується трансгенераційної передачі травми, то існує два основних питання: 1) як ті, що вижили, можуть несвідомо передати травмогенні переживання своїм нащадкам; 2) як ці переживання відтворюються, інтерпретуються або реконструюються під час терапії другого і третього покоління. В. Гампел та І. Коган вважають, що батьки несвідомо експлуатують своїх дітей за допомогою процесу проєктивної ідентифікації, щоб стримувати жалобу та агресію, які вони мали б відчувати самі і які могли б бути саморуйнівними [4, с. 148–150]. Це уявлення узгоджується з ідеєю І. Грубриха-Сімітиса про конкретизацію та невдачу символізації [5, с. 301–309]. Оскільки батьки в першому поколінні не можуть знайти ні метафор,

ні символічного способу, щоб висловити або передати те, що з ними сталося, їхній досвід стає для дитини чи онука свого роду конкретною промовою, яку не можна обговорювати. Подібним чином Х. Файмберг [6, с. 23–27] говорить про телескопію поколінь, а В. Волкан [7, с. 13–15] говорить про передачу групового досвіду, тобто фантазій про те, що сталося з усією соціальною групою.

Серед найбільш впливових травматичних подій, що мали місце в історії України, можна виділити такі: Перша світова війна, Громадянська війна, колективізація і депортації, Голодомор, Великий терор, Велика вітчизняна війна, Голодомор, Чорнобильська катастрофа, Революція гідності. За своєю природою дані травми можна віднести до трьох типів травм (за класифікацією П. Штомпки): біологічно-демографічні, соціально-політичні, культурні. Відомо, що характер впливу травматичної події варіюється залежно від її типу, тому об'єкт трансгенераційної передачі (відчуття, установки та поведінкові механізми) також буде відрізнятися [8, с. 450–453].

Необхідно зазначити, що навіть в рамках одного типу травми механізми копінгу в різних етносах будуть варіюватися, бо даний феномен володіє більшою комплексністю через попередній соціальний, культурний, політичний досвід поколінь.

Для нащадків поколінь, що зазнали травмування, важливо відрізнити почуття сорому від почуття провини, особливо від почуття провини людини, яка вижила. Почуття провини – це об'єктне почуття, пов'язане виключно з «Я-образом» або почуттям ідентичності. У людей з почуттям провини акцент зосереджується на почуттях і думках тих, хто вижив (пізніше й у їхніх дітей), що вони залишилися живими, тоді як інші, можливо, більш гідні, ніж вони самі, були вбиті. Їхнє життя нерозривно пов'язане зі смертю інших. Люди, які пережили цю травму, можуть також відчувати, що вони не змогли врятувати життя тих, хто був їм близький і дорогий.

Від цієї провини не можна легко позбавитися, просто вказавши на те, що вона несумірна з тим, що «втікачі» самі були змушені страждати, але її можна пом'якшити через жалобу та скорботу.

Скорбота – це пропрацювання всіх суперечливих емоцій, пов'язаних із втраченим об'єктом і втраченими стосунками, а також процес відновлення єдності, «з'єднання різних членів роз'єданого тіла». Отже, це відчуття пов'язане з репарацією, змогою якимось чином виправити те, що було пошкоджене або знищене. У цьому контексті Б. Варді визначає конкретних членів сім'ї у другому поколінні як «свічки пам'яті». Це ті діти, які прагнуть відшкодувати збитки, читати про Голокост, пам'я-

тати про нього, можливо, писати про нього, тоді як їхні брати й сестри часто заохочують суперечки, в яких вони апелюють до майбутнього, яке не має нічого спільного з травмою. Герман Гессе зазначав: «Поряд з потребою пам'ятати у людства немає більшого голоду, ніж забути». У сім'ях, які вижили, обидві ці тенденції часто присутні в екстремальних проявах [9, с. 4–7].

Сором, оскільки він більше пов'язаний із суб'єктом, ніж з об'єктом, часто важче подолати, ніж провину, оскільки немає нікого, на кому можна було б вимістити заподіяну шкоду. Сором пов'язаний з тим, як ми бачимо себе, та з тим, як нас можуть бачити інші. Він може бути так само нищівним, як і почуття провини, але сором існує без жодної можливості оплакати чи відшкодувати, виправити те, що було пошкоджене чи знищене. Як стверджував А. Когут [10, с. 472–475], самоінфляція є одним з основних і необхідних примітивних засобів захисту від почуття дитячої безпорадності та дестабілізації образу «Я».

Друге та третє покоління після Голокосту, безумовно, повинні бути обережними, демонструючи своє почуття нестабільності, розколу ідентичності, хворобливу спадщину травмування їхніх сімей у суспільному чи соціальному контексті. Проте, здається, вони також можуть бути покликані приховати ці почуття, запевнити зовнішній світ у тому, що «тепер усе гаразд». Відомо, що це не лише єврейський досвід. У багатьох різних етнічних групах, які зазнали переслідування, жертви можуть відчувати, що їх якимось чином примушують дотримуватися «гідної» ролі, бути зразком для інших, першими прощати та заперечувати свою невпевненість. Однак вони можуть мати лише сміливість бути тими, ким вони є.

Також існує «героїчне рішення» проблеми сорому: наважуючись пишатися тим, що колись вважалося ганебним, люди намагаються відновити ті функції его, які були пошкоджені ганебним досвідом [11, с. 438–458].

Головна терапевтична ідея полягає в тому, щоб уникнути спокуси ганьбити грандіозну людину перед соціальною групою, оскільки це призведе до посилення «грандіозного захисту». Коли покоління мають справу зі складнішим феноменом трансгенераційного сорому, найбільш доречно, що можна зробити, – це простежити залучені особисті історії.

Механізми, які можуть стимулювати передачу насильства між поколіннями, наразі детально формуються. Наприклад, ми знаємо, що батьки, які зазнавали надсильного насильства, часто мають суворий і караль-

ний стиль батьківства. Мати з депресією або травмою набагато рідше налаштовується на спонукання дитини, такі як плач, воркування, жести, і, зрештою, посмішки, які мають на меті ініціювання відповідної реакції. Це було яскраво продемонстровано в експериментах із «нерухомим обличчям», коли виклики дитини стикалися з нульовою реакцією. Зрештою, зусилля ініціювати взаємодію з опікуном зменшувалися до такої міри, що могли навіть припинитися [12, с. 391].

Аналіз травматичних подій у минулому може надати поштовх до розв'язання проблеми трансгенераційної передачі в Україні [13, с. 90; 14, с. 4–5]. Негативний вплив травматичних подій має схожі патерни, однак у психіці конкретних людей він буде реалізований по-різному. Відомо, що робота з травмою охоплює три таких рівні: індивідуальний, колективний та культурний [15, с. 151]. Отже, робота з травмою також має проводитися на зазначених рівнях (табл. 1).

Наразі існує велика кількість підходів індивідуальної та групової терапії за трьома такими базовими напрямками: когнітивно-біхевіоріальним, гуманістичним та психодинамічним. Позитивний вплив можуть мати тілесно орієнтовані практики та арттерапія. Підвищення обізнаності стосовно своєї сімейної історії та історії своєї країни також має потенцію до пом'якшення негативних наслідків колективної травми.

На колективному рівні можуть використовуватися відповідні методи групової терапії, такі як психодрама, соціодрама, нарративна терапія тощо. Щоб покласти край насильству від одного покоління до іншого, медичні працівники повинні визнати не тільки безпосередні наслідки травми, але і її довгострокові наслідки. На рівні системи охорони здоров'я це означає не лише зміцнення системи первинної медичної допомоги, а й розбудову служб психічного здоров'я, інформування про травми, а також забезпечення включення психічного здоров'я до первинного пакета послуг, доступних у постконфліктних умовах. На рівні сім'ї це передбачає спроможність вихователів дитини до забезпечення підтримки та піклування, які потрібні дітям для цілісного розвитку. Ця підтримка необхідна не лише в програмах раннього виховання дітей, а й у питаннях батьківства. Батьки, які постраждали від насильства, мають навчитися альтернативно проявляти агресію у вихованні дітей. Можливо, війна така ж стара, як і саме людство, однак передача насильства між поколіннями є не обов'язковою [16, с. 84–85].

На культурному рівні робота з травмою передбачає відтворення історичної правди – єдиного і позбавленого фрагмен-

Таблиця 1

Потенційний вплив травматичних подій на наступні покоління

Травматична подія	Фактори травматизації	Потенційний вплив на наступні покоління
Велика вітчизняна війна	наймасштабніша травма	амбівалентність, почуття провини
екологічні катастрофи	масштаб травми, нездатність емоційного відреагування	відчуття безпорадності та страху
Чорнобильська катастрофа	неспроможність протистояти руйнівній дії травми, нездатність емоційного відреагування	відчуття безпорадності та страху
колективізація, розкуркулювання	Масштаб травми, нездатність емоційного відреагування	відчуття провини та сорому, самоінфляція
репресії 30–40х років	масштаб травми, несправедливість, неспроможність протистояти руйнівній дії травми	амбівалентність, почуття провини, «героїчне рішення»
геноцид (наприклад, Голокост)	масштаб травми, несправедливість, неспроможність протистояти руйнівній дії травми	бажання помсти, відчуття сорому, «героїчне рішення», відчуття провини
Голодомор	масштаб травми, несправедливість, неспроможність протистояти руйнівній дії травми, нездатність емоційного відреагування	амбівалентність, бажання помсти, відчуття безпорадності та провини

тарності наративу, що спрямований на зменшення рівня амбівалентності емоцій постраждалих. Також зазначимо, що дні жалоби та пам'ятні дати можуть бути корисними на деяких етапах переживання травми. Необхідними також є відтворення єдиної національної ідентичності, набуття національної ідеї, відродження інтелектуальної еліти.

За результатами дослідження стає зрозумілою необхідність комплексного підходу до розв'язання питання трансгенераційної передачі травми в українському етносі. Залежно від фактора травматизації реакція наступних поколінь може варіюватися, однак більше схилитися до конкретних почуттів сорому, провини, амбівалентності, «героїчного рішення». Оскільки характер перенесених травматичних подій є різним (біологічно-демографічна, соціально-політична, культурна травми), а їхній вплив транслюється на три базових рівні (індивідуальний, колективний, культурний), процес «лікування» соціуму має бути комплексним та далекосяжним. Подальші дослідження в даній сфері будуть спрямовані на формування достатньої теоретичної бази для подальших практичних рухів. Між іншим, емпіричні дослідження трансгенераційної передачі в рамках родини можуть надати бажаного розвитку досліджуваній темі, хоча вони можуть стикнутись зі складністю інтерпретації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Fischer G., Riedesser L. Lehrbuch der Psychotraumatologie. München : Ernst Reinhard. 1998. С. 145–147.
2. The transgenerational transmission of traumatic experiences of the Second World War over three

generations – a psychoanalytical perspective. URL: <https://europemc.org/article/med/23155786> (дата звернення: 20.11.2021).

3. Collective Trauma and the Social Construction of Meaning. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6095989/> (дата звернення: 22.11.2021).

4. Kogan I. The cry of mute children. Apsychoanalytic perspective of the second generation of the Holocaust. Free Association Books, London, New York. Dt: (1998). Der stumme Schreier Kinder. Die zweite Generation der Holocaust-Opfer. Frankfurt a. M. : Fischer. 2002. С. 148–150.

5. Grubrich–Simitis I. From concretism to metaphor. *Psychoanalytic Study of the Child*. 1984. № 39. С. 301–309.

6. Faimberg H. The telescoping of generations. London : Routledge. 2005. P. 23–27.

7. Volkan V. The Third Reich in the unconscious. New York : Brunner. 2002. P. 13–15.

8. Cultural Trauma: The Other Face of Social Change. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/136843100003004004> (дата звернення: 22.11.2021).

9. Memorial candles: Children of the Holocaust. URL: <https://psycnet.apa.org/record/1992-98003-000> (дата звернення: 22.11.2021).

10. The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders. URL: <https://psycnet.apa.org/record/2009-16139-000> (дата звернення: 22.11.2021).

11. De Mendelssohn F. The aesthetics of the political in group analytic process: The wider scope. *Group Analysis*. 2000. № 33. С. 438–458.

12. Transgenerational Transmission of Trauma: Guilt, Shame, and the “Heroic Dilemma”. URL: <https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/ijgp.2008.58.3.389?journalCode=ijgp> (дата звернення: 21.11.2021).

13. Колективна травма та групова ідентичність. URL: <http://gorn.kiev.ua/Gorn2012-3.pdf> (дата звернення: 22.11.2021).

14. Історична травма спільноти. Як нащадкам пам'ятати трагічне? URL: https://lib.iitta.gov.ua/707323/1/NaydonovaLA_st_2011_2.pdf (дата звернення: 22.11.2021).

15. Історична травма Голодомору. Проблема, гіпотеза та методологія дослідження. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&

Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILE=&2_S21STR=Ntip_2013_6_16 (дата звернення: 22.11.2021).

16. Травмататравмотерапія: історія та сьогодення. URL: <https://uvnpr.com.ua/arkhiv-nomeriv/2018/tom-26-vipusk-4-97/travma-ta-travmaterap-ya-stor-ya-ta-sogodennya> (дата звернення: 22.11.2021).

СЕКЦІЯ 3 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ДЕТЕРМІНАНТИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

DETERMINANTS OF PERSONALITY DEVELOPMENT IN ADOLESCENCE: GENDER ASPECT

У статті висвітлюється гендерний аспект розвитку особистості у юнацькому віці. Зазначено, що юнацький вік є важливим етапом у формуванні особистості, оскільки у цей період активно формується Я-концепція, моральна самосвідомість та ідентичність особистості, закріплюються гендерні ролі та соціальні установки. Юнацький вік є найбільш чутливим і у плані формування гендерних цінностей, що відображаються у формуванні ставлень особистості до себе, свого оточення і виявляються в особливостях поведінки. На основі аналізу наукових джерел розглянуто поняття «гендер» як результат соціалізації особистості, характеристики її статі як соціального явища. Розглянуто поняття «гендерні стереотипи» як установки, зумовлені культурними особливостями конкретного суспільства, під впливом яких формуються схвалювані уявлення про особливості поведінки чоловіків і жінок, їх соціальні ролі та їхню взаємодію. Розглянуто поняття «гендерна культура» особистості юнацького віку як складова частина її загальної культури, що ґрунтується на моральних цінностях і детермінована гендерною картиною світу, гендерною компетентністю. У результаті проведеного емпіричного дослідження виявлено детермінанти гендерного розвитку особистості юнацького віку, досліджено ставлення юнаків і юнок до гендерних стереотипів, гендерних ролей, до шлюбу, професійної реалізації тощо. Обґрунтовано такі психолого-педагогічні умови формування гендерної культури в юнацькому віці: розвиток гендерної компетентності особистості, психологічну підтримку гендерної індивідуальності, організацію та впровадження гендерної освіти. Розкрито такі етапи становлення гендерної культури в юнацькому віці: інформаційно-психологічний, ціннісно-мотиваційний, розвивальний, рефлексивний. Визначено і емпірично підтверджено ефективність застосування форм і методів формування гендерної культури, а саме: лекцій, семінарів, тренінгів, аналізу гендерних ситуацій, обговорення та дискусій з гендерної проблематики, а також ігрових методів (сюжетно-рольових, ділових ігор, вирішення моральних дилем).

Ключові слова: гендер, гендерні стереотипи, гендерна культура, гендерна рівність,

психолого-педагогічні умови формування гендерної культури.

The article highlights the gender aspect of the determinants of personality development in adolescence. It is noted that adolescence is an important stage in the formation of personality, because during this period the self-concept, moral self-awareness and identity of the individual are actively formed, gender roles and social attitudes are fixed. Adolescence is the most sensitive in terms of the formation of gender values, which are reflected in the formation of individual attitudes to themselves, their environment and are manifested in the peculiarities of its behavior. Based on the analysis of scientific sources, "gender" is defined (as a result of socialization of the individual, the characteristics of sex as a social phenomenon); "Gender stereotypes" (as due to the cultural characteristics of a particular society, under the influence of which are formed approving ideas about the behavior of men and women, their social roles and their interaction); "Gender culture" of a young person (as a component of his general culture, based on moral values and determined by the gender picture of the world, gender competence). With the help of diagnostic methods (questionnaires, interviews, surveys) the determinants of gender development of adolescence were identified, the attitude of young people to gender stereotypes, gender roles, marriage, professional realization, etc. was studied. Psychological and pedagogical conditions for the formation of gender culture in adolescence are substantiated (development of gender competence of adolescents; psychological support of gender individuality; organization and implementation of gender education) and stages are defined (information-psychological, value-motivational, developmental, reflexive). The effectiveness of forms and methods of forming gender culture (lectures, seminars, trainings, analysis of gender situations, discussions and debates on gender issues; game methods (story-role, business games, moral dilemmas) is confirmed by control sections.

Key words: gender, gender stereotypes, gender culture, gender equality, psychological and pedagogical conditions of gender culture formation.

УДК 159.9:316.6:316.4
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.5>

Бакка Ю.В.
викладач кафедри
практичної психології
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова

Юнацький вік є важливим етапом формування особистості. Саме у цей період активно формується Я-концепція, моральна самосвідомість та ідентичність особистості, закріплюються гендерні ролі та соціальні установки. Оскільки розвиток особистості у юнацькому

віці детермінований гендерними і соціальними ролями, то в цей період відбувається переосмислення статево-рольових стереотипів. Юнацький вік є найбільш чутливим у плані формування гендерних цінностей, що відображають особливості поведінки, ставлень

особистості у цей період. Розвиток особистості юнаків і дівчат передбачає формування у них гендерної культури як однієї з умов міжособистісної взаємодії у різних сферах соціального життя. З огляду на це психологічне дослідження розвитку особистості у юнацькому віці, зокрема її гендерного аспекту, є вельми актуальним.

Важливість гендерної рівності, рівних можливостей для представників різних статей підтверджується прийняттям відповідних міжнародних документів і забезпечується запровадженням Загальної декларації прав людини, Конвенції про політичні права жінок, Конвенції про ліквідацію усіх форм дискримінації щодо жінок тощо. Гендерний аспект розвитку особистості у юнацькому віці завжди перебував у полі зору науковців. Так, теоретико-методологічне підґрунтя гендерного розвитку молоді розробляли Н. Гапон, Т. Голованова, Т. Говорун, С. Вихор. До питань гендерної рівності і демократії у сфері освіти зверталися І. Грабовська, Т. Говорун, А. Фурман та інші вчені. Гендерні стереотипи вивчав Ю. Мірило. Гендерні та фізіологічні відмінності між чоловіками і жінками вивчали В. Васютинський, Н. Городнова. Гендерну психологію вивчали Т. Бендас, Ш. Берн, О. Кікінежді, М. Марусинець, М. Ткалич. Гендерну культуру сучасної молоді досліджували Л. Вовк, К. Корсак, Н. Маркова та інші вчені [1; 2; 3; 4; 6; 7; 9].

Метою статті є представлення результатів емпіричного дослідження, спрямованого на визначення детермінант розвитку особистості юнацького віку в гендерному аспекті. Реалізації зазначеної мети сприяло вирішення в ході дослідження низки поставлених завдань. По-перше, розглянуто поняття «гендер», «гендерні стереотипи», «гендерна культура»; по-друге, емпірично досліджено гендерні особливості студентської молоді; по-третє, виявлено психолого-педагогічні умови формування гендерної культури особистості в юнацькому віці.

У ході емпіричного дослідження застосовано загальнонаукові методи – аналіз наукової літератури з метою вивчення основних тенденцій, систематизацію наукових ідей і положень, узагальнення результатів дослідження, а також емпіричні методи – анкетування, інтерв'ю, опитування студентів НПУ імені М.П. Драгоманова. Загальна вибірка досліджуваних складала 245 осіб, із них – 102 чоловіки та 143 жінки віком від 17 до 23 років.

Поняття «гендер» вперше з'явилося на теренах Великої Британії. Воно означало рід у граматиці (чоловічий, середній, жіночий). Пізніше це поняття набуло соціостатевого сенсу, на відміну від певних біологічних характеристик (анатомічних, генетико-морфологічних, фізіологічних тощо). На відміну від поняття

«стать», поняття «гендер» характеризує стать як соціальне, а не біологічне явище, а також воно характеризує особистість як результат її соціалізації. Саме гендерна взаємодія є визначальною особливістю психічного розвитку особистості у юнацькому віці, її соціальних стосунків.

На гендерний розвиток особистості в юнацькому віці і особливості її самореалізації впливають, зокрема, гендерні цінності та стереотипи. Ми погоджуємося з твердженням Ю. Мірило щодо гендерних стереотипів, які виступають узагальненими уявленнями як про чоловіків, так і про жінок, що стосуються «прийнятності різноманітних ролей і видів діяльності для чоловіків і жінок. Це стереотипи гендерних рис, тобто психологічних та поведінкових характеристик, притаманних чоловікам і жінкам» [6, с. 86]. На нашу думку, гендерні стереотипи зумовлені культурними особливостями конкретного суспільства, під впливом яких формуються схвалювані уявлення про особливості поведінки чоловіків і жінок, їхні соціальні ролі та їхню взаємодію.

З метою дослідження гендерних стереотипів молоді було проведене опитування серед студентів I–IV курсів НПУ імені М.П. Драгоманова. Розроблена нами анкета складалася з трьох блоків. У першому блоці містилися питання, що стосувалися загальних відомостей про респондентів. Другий блок складався з відкритих запитань (Чи є підстави говорити про сильну і слабку статі сьогодні? Чи відрізняються життєві цілі чоловіків і жінок? Які якості є найважливішими для чоловіків і жінок? Що найкраще характеризує сучасного чоловіка? Що найкраще характеризує сучасну жінку?). Третій блок містив запитання соціально-демографічного характеру, що стосувалися віку, статі, спеціальності, яку вивчають студенти. Були опитані 102 хлопці та 143 дівчини віком від 17 до 23 років. Їм було запропоновано письмово відповісти на запитання. Результати опитування стосовно гендерних стереотипів молоді наведено у таблиці (див. табл. 1).

Як засвідчують одержані результати дослідження, найбільш поширені гендерні стереотипи стосуються соціального статусу чоловіка і жінки, їх ролі у сім'ї, соціумі, здатності реалізувати себе у професійній сфері тощо.

Деформація соціальних цінностей зумовлює порушення соціальних норм та зміщення гендерних ролей. Через це виникають протиріччя між жінками та чоловіками у сфері їхньої гендерної ідентичності. Гендерно-рольовий конфлікт є результатом зіткнення соціальних стереотипів щодо уявлень про традиційні гендерні ролі та реальних запитів індивіда. Так, стереотип щодо чоловічої емоційної стриманості стає причиною гендерно-рольового стресу у деяких чоловіків [8, с. 48–49].

Таблиця 1

Гендерні стереотипи молоді

№	Відповіді	Кількість відповідей	Відсоток
1	Жінки мріють про заміжжя	43	17,6
2	Чоловіки кращі професіонали, ніж жінки	32	31,1
3	Дівчатам важче даються точні науки	30	12,2
4	Чоловіки не говорять про свої почуття	28	11,4
5	Дівчата значно слабші за хлопців і потребують чоловічої опіки	27	11,0
6	Чоловік має бути лідером у всьому	25	10,2
7	Жінка не повинна бути надто ініціативною	21	8,6
8	Чоловік – кращий керівник, ніж жінка	19	7,7
9	Жінки люблять готувати	12	4,9
10	Кар'єра для жінки є другорядною	8	3,3
	Усього:	245	100

Відрізняються уявлення юнаків і дівчат щодо шлюбного віку жінок і чоловіків. Так, на думку юнаків, важливим для жінок є створення власної сім'ї від 21 до 25 років, тоді як для жінок такий вік є сприятливим у 30 чи після 30 років, що пояснюється тим, що важливішими питаннями, ніж шлюб, стають кар'єра, професійне і особистісне зростання. Також юнаки відзначили, що дівчата схильні до ранніх шлюбів більше, ніж хлопці. Дещо інакшою є думка дівчат, які переконані, що вони є об'єктом сексуальних домагань. Дівчата відзначили, що шлюб дещо обмежуватиме їхнє кар'єрне зростання чи професійну самореалізацію. З огляду на це дівчата визначили найкращим шлюбним віком для себе період з 25 до 30 років, тоді як для чоловіків оптимальним, на їх думку, є вік з 27 до 32 років.

Метою проведеного дослідження стало також виявлення ставлення молоді до інституту шлюбу та сім'ї. Більшість студентів і студенток (68,9%) підтримує інститут сім'ї, вважаючи визнанням офіційно зареєстрований шлюб. Значна частина опитаних (34,3%) схвалює шлюб, освячений церквою. 23,5% опитаних не виключають альтернативних стосунків, які ґрунтуються виключно на довірі, пояснюючи це тим, що такі стосунки спрощують вирішення суперечок, зокрема і майнових. Лише 6,8% дівчат і 5,3% хлопців дослухаються до думки батьків щодо їхніх обранців чи обраниць, тоді як до думки друзів готові дослухатися 35,6% хлопців і 37,5% дівчат, що цілком відповідає специфіці юнацького віку.

Значна частина дівчат (28,9%) і юнаків (23,7%) не розподіляє сімейні обов'язки на суто чоловічі і жіночі, обґрунтовуючи це наявністю спільних потреб та інтересів. У молодих сім'ях прийнято виконувати усю роботу разом. Часто її робить той, хто має більше вільного часу (7,5%) чи краще володіє необхідними навичками (4,7%). Молоді люди схвально ставляться до того, що у жінок виходить краще

кермувати машиною, або до того, що у хлопців краще виходить готувати страви, вважаючи ці навички корисними для сім'ї. Однак 54,2% дівчат очікують, що їхні майбутні чоловіки володітимуть певними чоловічими навичками (будувати, ремонтувати, виконувати важку роботу тощо). Так само 45,9% юнаків сподіваються на те, що їхні майбутні дружини добровільно візьмуть на себе обов'язки щодо приготування їжі, підтримання порядку у будинку, шиття, в'язання тощо. Ще 3,4% юнаків і юнок збираються скористатися послугами професіоналів в організації свого побуту, а 9,7% опитаних можуть звернутися за допомогою до батьків.

Відносно питання планування свого сімейного життя студенти зазначили, що серйозно ставляться до народження дитини і хочуть, щоб їхні партнери поділяли їхні погляди щодо виховання і догляду за дитиною та щоб вони мали відповідну підготовку. Хлопці і дівчата планують бути батьками однієї дитини (53,2%), двох дітей (35,8%), трьох і більше дітей (4,5%). Не планують мати дітей 6,5% опитаних студентів. Також студенти під час опитування відзначили, що вони не планують найближчим часом ставати батьками, вважаючи за доцільне перенести цю подію на більш дальню перспективу, а саме: після завершення навчання (32,5%), після досягнення професійної реалізації (17,9%), після придбання власного житла (15,1%), після покращення соціальних умов (9,7%).

На думку юнаків та юнок, чоловіки мають більше можливостей для працевлаштування, професійної самореалізації й удосконалення, оскільки потенційні працедавці враховують те, що жінки народжуватимуть дітей, надаватимуть перевагу догляду за ними, більше часу приділятимуть родині, що стане причиною втрати цінних професійних навичок, тоді як чоловіки будуть більше часу присвячувати роботі і кар'єрному зростанню.

Підтвердженням цього факту слугують результати інших досліджень, наприклад, Українського центру економічних та політичних досліджень ім. О. Разумкова. А. Чернова зазначає: «Гендерна сегрегація, зокрема зосередження жінок у сфері обслуговування з традиційно низьким рівнем кваліфікації, стає основною причиною різної оплати праці жінок і чоловіків. Високий рівень економічної активності українських жінок супроводжується тенденцією до погіршення як кількісних, так і якісних характеристик зайнятості. В Україні жіноча зайнятість традиційно переважає у сферах діяльності з невисоким рівнем середньої заробітної плати – соціального забезпечення, освіти, охорони здоров'я, побутового обслуговування та культури, у яких жінки становлять понад 70% тих, хто працює. Водночас «чоловічими» видами діяльності залишаються високооплачувані галузі важкої промисловості, транспорту, підприємництва» [10, с. 70]. До «жіночих» професій студенти віднесли роботу у сфері обслуговування, туризму, освіти, медицини, харчування, а до сфери «чоловічих» професій опитувані віднесли бізнес, інженерію, виробництво, військову справу, політику, управління тощо.

Сьогодні все більшої актуальності набуває розвиток гендерної культури особистості юнацького віку, яку ми розуміємо як складову частину її загальної культури, що опирається на моральні цінності і детермінується гендерною картиною світу, гендерною компетентністю. Проведене опитування дало змогу розкрити судження і уявлення студентів про гендерну культуру особистості в юнацькому віці. Узагальнені результати проведеного дослідження наведені у таблиці (див. табл. 2).

Таблиця 2

Уявлення студентів про складники гендерної культури сучасної молоді (%)

№	Відповідь	Відсоток
1	Прийняття своєї гендерної приналежності	21,2
2	Сформованість гендерної толерантності	16,5
3	Гендерна ідентичність	12,7
4	Уявлення про «ідеальне жіноче» і «ідеальне чоловіче»	11,6
5	Прояви у поведінці фемінності / маскулінності	10,9
6	Гендерна взаємодія	10,2
7	Гендерні ролі	9,5
8	Позитивний інтерес до протилежної статі	7,4
	Усього:	100

Одержані в ході опитування результати вказують на те, що складником гендерної куль-

тури, на думку студентів, є ставлення до себе, що виявляється у прийнятті своєї гендерної приналежності, проявах у поведінці рис фемінності чи маскулінності, гендерних ролях тощо, а також ставлення до інших, що проявляється у гендерній толерантності, гендерній взаємодії, позитивному інтересі до протилежної статі.

Становлення особистості потребує уваги до формування її гендерних особливостей та створення відповідних психолого-педагогічних умов її розвитку, серед яких можна визначити такі: розвиток гендерної компетентності особистості в юнацькому віці, психологічну підтримку гендерної індивідуальності, організацію та впровадження гендерної освіти.

Реалізацію психолого-педагогічних засобів розвитку гендерної компетентності особистості в юнацькому віці доцільно здійснювати за етапами. На інформаційно-психологічному етапі має відбуватися робота з усіма суб'єктами з метою формування гендерних знань, уявлень про гендерні особливості у юнацькому віці. На ціннісно-мотиваційному етапі має відбуватися створення емоційно-психологічного комфорту, розвиток моральних цінностей. На розвивальному етапі потрібно формувати гендерну самосвідомість, нівелювати гендерні стереотиби та упередження. Крім того, на цьому етапі має відбуватися розвиток гендерної толерантності, формування навичок рівноправної, безконфліктної гендерної взаємодії, що ґрунтується на повазі до себе та інших людей, а також профілактика гендерних конфронтацій. На рефлексивному етапі доцільно співвідносити цілі і результати діяльності, виявляти ефективність психологічних впливів.

Урахування психолого-педагогічних умов розвитку гендерної компетентності особистості в юнацькому віці і впровадження у практику відповідних заходів передбачає використання комплексу різноманітних методів, що підвищують психологічний комфорт особистості, її соціальний і психологічний захист та обізнаність з гендерних питань. Практика показала, що найбільш ефективними методами є інтерактивні, зокрема аналіз гендерних ситуацій, обговорення та дискусії з гендерної проблематики. Також ефективними є ігрові методи – сюжетно-рольові, ділові ігри, вирішення моральних дилем, що забезпечують створення певного гендерного досвіду у розв'язанні гендерних проблем. Такі методи є важливими у формуванні гендерної грамотності, розуміння сутності гендерних ролей. Ці методи сприяють розвитку творчого мислення, адаптації до різноманітних життєвих обставин. Так, у ході розв'язання проблемних ситуацій студенти обговорювали можливі шляхи їх вирішення, згадуючи схожі випадки з власного досвіду. Також у роботі

зі студентами застосовано метод дискусії з гендерних питань. Це дало змогу вивчити переконання та уявлення студентів з зазначеної проблеми, дослідити рівень їхньої толерантності чи інтолерантності щодо різних питань гендерного спектру. Проведені дискусії сприяли набуттю навичок комунікації між представниками різних статей, гендерної взаємодії, висловлювання своїх думок, навичок аргументувати, відстоювати власну позицію. Зі студентами були проведені дискусії на такі теми: «Гендерна рівність чи нерівність?», «Male vs Female», «Шляхи розв'язання гендерних проблем сучасної молоді», а також бесіди, що порушують проблеми сучасної молоді, гендерної ідентичності, гендерних стереотипів, гендерної толерантності, гендерної рівності та інтеграції, гендерної соціалізації, гендерної професіоналізації тощо. Проведені дискусії і бесіди сприяли ефективному засвоєнню гендерних знань, усвідомленню гендерної ідентичності, формуванню гендерної культури.

Результати експериментального дослідження показали, що студенти загалом правильно розуміють поняття «гендер», «гендерна культура», мають адекватні уявлення про гендерні ролі, гендерну ідентичність. Дані, одержані в ході опитування, підтвердили наявність позитивного впливу на розвиток гендерної компетентності особистості проведених занять, а саме: лекцій («Основи гендерної психології», «Гендерний підхід у розвитку особистості юнацького віку», «Гендерні характеристики особистості юнацького віку»), семінарів («Гендерна рівність та розв'язання конфліктів», «Психологічна допомога у розв'язанні гендерних питань»), тренінгів («Гендерні стереотипи», «Людська гідність і гендерна рівність»), які охоплювали питання гендерної компетентності, гендерної культури, рівних можливостей, побудови соціальних взаємин на принципах партнерства, гендерної толерантності, самореалізації особистості. Результатом проведеної роботи стало формування гендерної культури студентів, підвищення їхньої гендерної компетенції завдяки запровадженню гендерного підходу у практику навчання та виховання сучасної молоді. Зокрема, проведена пропедевтична робота зі студентами дала змогу створити таке виховне середовище, яке забезпечило гендерну рівність усіх учасників освітнього процесу.

Висвітлено гендерний аспект розвитку особистості у юнацькому віці. На основі аналізу наукових джерел поняття «гендер» визначено як характеристику статі у контексті соціального явища, а також як результат соціалізації особистості. Поняття «гендерні стереотипи»

проаналізовано через зумовлені культурними особливостями конкретного суспільства схвалені уявлення про особливості поведінки чоловіків і жінок, їх соціальні ролі та специфіку взаємодії. Поняття «гендерна культура» особистості в юнацькому віці розглянуто через складові частини її загальної культури та у взаємозв'язку із становленням гендерної картини світу і гендерної компетентності.

У ході емпіричного дослідження виявлено детермінанти гендерного розвитку особистості в юнацькому віці. Обґрунтовано такі психолого-педагогічні умови формування гендерної культури у студентів: розвиток гендерної компетентності особистості юнацького віку; психологічну підтримку гендерної індивідуальності; організацію та впровадження гендерної освіти. Визначено такі етапи розвитку гендерної компетентності особистості в юнацькому віці: інформаційно-психологічний, ціннісно-мотиваційний, розвивальний, рефлексивний. Підтверджено ефективність застосування розроблених методів, спрямованих на формування гендерної культури студентів. Перспективи дослідження вбачаємо у подальшому емпіричному вивченні гендерних особливостей особистості юнацького віку, створенні соціально-психологічних технологій формування гендерної рівності особистості в юнацькому віці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бендас Т.В. Гендерная психология : учебное пособие. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 431 с.
2. Берн Ш. Гендерная психология. Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2004. 456 с.
3. Вовк Л.М. Формування гендерної культури особистості у національній системі освіти. *Імідж сучасного педагога*. 2014. № 6 (145). С. 53–57.
4. Гапон Н.П. Гендер. Ідентичність. Суб'єктивність: філософські дискусії другої половини ХХ сторіччя : монографія. Львів : Видавн. центр ЛНУ імені Івана Франка, 2009. 378 с.
5. Гендерні дослідження: прикладні аспекти : монографія / Кравець В.П., Говорун Т.В., Кікінежді О.М. та ін. ; за наук. ред. В.П. Кравця. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2013. 448 с.
6. Мірило Ю. Гендерні особливості особистості у юнацькому віці. *Психологічні виміри культури, економіки, управління*. 2016. № 9. С. 83–90.
7. Петренко О.Б. Гендерна психологія : практиcum. Рівне : РДГУ, 2012. 225 с.
8. Петрушин С.В. Любовь и другие человеческие отношения. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 280 с.
9. Основи теорії гендеру : навчальний посібник / ред. М.М. Скорик. Київ : «К.І.С.», 2004. 320 с.
10. Гендерна рівність і розвиток: погляд у контексті європейської стратегії України / ред. А. Чернова. Київ : Центр Разумкова, 2016. 244 с.

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТІВ-ФУТБОЛІСТІВ У КОНТЕКСТІ ҐЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЇ

RESEARCH OF PERSONAL FEATURES OF STUDENTS-FOOTBALL PLAYERS IN THE CONTEXT OF GENDER DIFFERENCES AND SOCIALIZATION

У статті розглядаються питання вивчення проблеми статевої відмінності психічної організації спортсменів. Відомо, що у багатьох спортсменок умовно чоловічих видів спорту спостерігаються труднощі в ґендерній ідентифікації особистості. Мета статті – провести діагностику та дослідження за окремими психологічними методиками (Т. Елерса та Дж. Роттера) особистісних особливостей студентів-футболістів з урахуванням ґендерних особливостей. Були використані такі методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел і інтернет-ресурсів з досліджуваної проблеми, анкетування, опитування. Були використані такі психологічні методи: методика Т. Елерса «Діагностика особистісної мотивації до успіху», методика «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» Дж. Роттера, а також методи математичної статистики. За результатами проведення методики Т. Елерса «Діагностика особистісної мотивації до успіху» ми виявили, що у групі юнаків більшість піддослідних (38,09%) має помірно високий рівень мотивації до досягнення успіху, у 33,5% піддослідних був виявлений високий рівень мотивації, у 21,42% – середній, у 7,14% – низький. У дівчат-футболісток переважає середній рівень мотивації. Він становить 40,54%. 21,62% дівчат мають низький рівень мотивації до досягнення успіху, 27,02% – помірно високий, 10,82% – високий рівень. Таким чином, можна побачити за отриманими результатами різницю в групах спортсменів у досягненні цілей з урахуванням їхньої статі. Група юнаків-футболістів більше мотивована на успіх, ніж група дівчат. Аналіз результатів дослідження з методики «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» Дж. Роттера показав, що високі показники за цією шкалою, а саме 100% випробовуваних першої групи та 67% випробовуваних другої, відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно-позитивними подіями та ситуаціями. Такі спортсмени вважають, що вони досягли всього хорошого, що було і є в їхньому житті, і що вони здатні досягти поставленої мети в майбутньому. Ще один фактор, який впливає на рівень тривожно-

сті, – це статі випробовуваних. Результати проведеного дослідження показали, що дівчата-футболістки тривожніші, ніж спортсмени-юнаки.

Ключові слова: ґендерні відмінності, студентський спорт, футбол, соціалізація спортсменів.

The article considers the study of the problem of gender differences in the mental organization of athletes. It is known that many athletes of conventionally male sports have difficulties in gender identification. Purpose: diagnosis and research according to separate psychological methods (T. Ehlers and J. Rotter) of personal features of football students taking into account gender features. Research methods. The following research methods were used: analysis and generalization of literature sources and Internet resources on the researched problem; questionnaires; poll; psychological methods: T. Ehlers' method "Diagnosis of personality motivation for success"; J. Rotter's method "Level of subjective control"; methods of mathematical statistics. According to the results of the method of T. Ehlers "Diagnosis of personality motivation for success" in the group of young men, the majority of subjects (38.09%) have a moderately high level of motivation to succeed, 33.5% of subjects showed a high level of motivation, 21.42% – medium and 7.14% – low, 21.62% have a low level, 27.02% are moderately high and 10.82% have a high level of motivation to succeed. Thus, it is possible to see the difference in the groups of subjects in achieving goals based on the sex of athletes, a group of young football players is more motivated to succeed than a group of girls. J. Rotter showed that high scores on this scale, namely 100% of subjects in the first group and 67% in the second, correspond to a high level of subjective control over emotionally positive events and situations. Such athletes believe that they have achieved all the good that has been and is in their lives, and that they are able to successfully pursue their goals in the future. Another factor that affects the level of anxiety is the gender of the subjects. The results of the study showed that girls – football players are more anxious than boys – athletes.

Key words: gender differences, student sports, football, socialization of athletes.

УДК 796.012.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.6>

Батечко Д.П.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Печена В.М.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Відомо, що на початкових етапах спортивної кар'єри, у дитинстві, а також у дорослому житті та після завершення спортивної кар'єри спостерігається ідентифікація спортсменів [1, с. 7; 3, с. 144]. Спортсменкам, які вибрали умовно чоловічі види спорту (наприклад, футбол, важку атлетику, дзюдо, таеквондо, гирьовий спорт тощо), досить часто приписуються маскуліні якості з погляду поведінки та морфології [2, с. 114; 5, с. 10].

Для спортивної діяльності маскуліні якості перебувають у пріоритеті та позитивно впливають на спортивний результат. Проте

маскуліність може обмежувати ефективність міжособистісних взаємовідносин поза спортивною діяльністю [8, с. 117].

Згідно з даними окремої науково-методичної літератури у багатьох спортсменок умовно чоловічих видів спорту спостерігаються труднощі в ґендерній ідентифікації, зокрема і в особистому житті. Вони спостерігають у себе зайву агресивність у спілкуванні та поведінці [4, с. 27; 7, с. 52].

Проблема формування маскуліності та фемінінності викликає багато суперечок та розбіжностей, зокрема у питанні про те, чи

є даний особистісний компонент уродженим або він є набутим у ході розвитку особистості [9, с. 71; 12, с. 106].

Відомо, що спорт є однією з високоспецифічних сфер діяльності людини. На думку багатьох фахівців, він активно сприяє формуванню гендерних якостей особистості [3, с. 146].

У зв'язку з розширенням діапазону жіночого спорту останнім часом ця тематика загострилася. Жінки змагаються у тих видах спорту, які донедавна вважалися чоловічими. Такі види спорту змушують представниць прекрасної статі виявляти нетипові особливості поведінки. Відомо, що сильна ідентифікація спортсменів із їхньою спортивною роллю починається в ранньому дитинстві та супроводжує їхнє подальше життя [6; 10, с. 118].

Фахівці довели необхідність урахування гендерної ролі під час судження про ті чи інші відмінності між спортсменами та спортсменками, про вплив спорту на особистість жінок порівняно з чоловіками [11, с. 130]. Проте наявні експериментальні викладки були зроблені без урахування особливостей спортивною діяльності, що суттєво знижує їхню цінність.

Ми вважаємо, що певні знання процесу формування та становлення гендерної ідентичності спортсменок можуть дозволити розробити загальні принципи психологічної роботи з жіночим складом.

Мета дослідження – провести діагностику за окремими психологічними методиками (Т. Елерса та Дж. Роттера) особистісних особливостей студентів-футболістів з урахуванням гендерних особливостей.

Ми використали такі методи дослідження, як: аналіз та узагальнення літературних джерел і інтернет-ресурсів з досліджуваної проблеми, анкетування, опитування; психологічні методи (методика Т. Елерса «Діагностика особистості мотивації до успіху», методика «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» Дж. Роттера); методи математичної статистики.

У спортивній діяльності розвиваються всі психічні процеси та якості особистості людини. Це такі якості: інтелектуальні, що забезпечують прийом та переробку інформації, прийняття рішень; психомоторні, що визначають якість рухових процесів; емоційні, що впливають на енергетику та експресивні характеристики діяльності; вольові, що забезпечують подолання перешкод, які виникають; комунікативні, створені задля взаємодії з іншими людьми; моральні, що визначають мотивацію діяльності [13, с. 109].

Однак далеко не всі психічні якості чітко поділяються на чоловічі та жіночі. Крім того, виявилось, що співвідношення «маскулінність/фемінінність» за різними шкалами може бути різним: людина, маскулінна за одними показниками, може бути фемінінною за іншими.

Проблема статевих відмінностей психічної організації людини завжди становила великий інтерес для дослідників. Однак, попри це, досі залишається безліч невирішених проблем.

Спорт – один із видів діяльності, що має низку специфічних особливостей. Традиційний для чоловіків процес соціалізації більшою мірою, ніж для жінок, передбачає заняття спортом. Досі існують певні види спортивною діяльності, які характеризуються як кращі для чоловіків або жінок [10, с. 160].

Є деякі відмінності у прояві особами чоловічої та жіночої статі інтересу до різних видів спорту. Хлопчики значно частіше цікавляться волейболом, баскетболом, футболом та хокеєм, дівчатка – фігурним катанням та гімнастикою. Що стосується інтересу до легкої атлетики і плавання, то тут відмінностей немає [11, с. 24].

Прагнення багатьох жінок освоїти всі види спорту, якими займаються чоловіки, зумовлене бажанням довести свою соціальну рівноправність та біологічну повноцінність. Жінки стали займатися «чоловічими» видами спорту – важкою атлетикою, різними видами боротьби, хокеєм з шайбою, регбі, футболом, водним поло, марафонським бігом тощо [10, с. 120].

Численні дослідження довели вплив спорту на особистість людини, яка ним займається. Крім того, є деякі дані про вплив спорту на особистість жінок порівняно з чоловіками. Однак питання формування якостей особистості в маскулінних та фемінінних видах спорту вивчене недостатньо.

Бальні танці, фігурне катання – це парні види спорту, де розділені функції чоловіка та жінки у досягненні єдиної мети, тобто максимального прояву технічної майстерності й емоційної виразності. Партнерка репрезентує образ краси, яскравості, м'якості та жіночності [3, с. 150].

На відміну від тих підлітків, які не займаються спортом, у представників фемінінного виду розвиваються такі особливості особистості: у дівчаток – домінантність, конформізм, самоконтроль, андрогінний тип особистості з великим набором фемінінних характеристик; у хлопчиків – домінантність.

Н.Г. Цикунова (2003) зазначає, що спорт не деформує особистість, не перетворює її з фемінінної на маскулінну чи навпаки, він сприяє формуванню андрогінної структури. Виявлені особливості визначаються вимогами спортивною спеціалізації [10, с. 88].

У спорті традиційне порівняння чоловіків і жінок за генетичною статтю і без урахування маскулінності та фемінінності не відповідає реальності, яка полягає в наявності статевих типів, а не тільки статей. Під час порівняння маскулінних чоловіків та жінок, а також

фемінінних чоловіків та жінок виходять зовсім інші результати, ніж під час порівняння маскулінних чоловіків та фемінінних жінок.

У нашому дослідженні взяло участь 120 осіб віком від 18 до 26 років, з них – 54 юнаки та 66 дівчат. За результатами проведення методики Т. Елерса «Діагностика особистісної мотивації до успіху» були отримані дані, представлені у табл. 1.

Таблиця 1

Розподіл показників студентів-футболістів обох статей за рівнем мотивації до досягнення успіху

Рівні мотивації	Юнаки (n=42)		Дівчата (n=37)		Достовірність відмінностей
	%	n	%	n	
Низький	7,14	3	21,62	8	p ≤ 0,05
Середній	21,42	9	40,54	15	p ≤ 0,01
Помірно високий	38,09	16	27,02	10	p ≤ 0,05
Високий	33,35	14	10,82	4	p ≤ 0,05

Примітки: * – p ≤ 0,01; ** – p ≤ 0,05.

У групі юнаків більшість піддослідних (38,09%) має помірно високий рівень мотивації до досягнення успіху, у 33,5% піддослідних виявлений високий рівень мотивації, у 21,42% – середній, у 7,14% – низький.

У групі дівчат-футболісток переважає середній рівень мотивації. Він становить 40,54%. 21,62% дівчат мають низький рівень мотивації до досягнення успіху, 27,02% – помірно високий, 10,82% – високий рівень. Отже, можна побачити за отриманими результатами різницю в групах випробовуваних у досягненні цілей з урахуванням статі спортсменів. Група юнаків-футболістів більше мотивована на успіх, ніж група дівчат.

Розглянемо результати дослідження за методикою «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» Дж. Роттера. У даній методиці ми вважали за доцільне дослідити три шкали з семи можливих, а саме: шкалу інтернальності у сфері досягнень, шкалу інтернальності у сфері невдач і шкалу загальної інтернальності. У табл. 2 відображені показники інтернальності у сфері досягнень.

Високі показники за цією шкалою (табл. 2), зокрема 100% випробовуваних першої групи та 67% – другої, відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно-позитивними подіями та ситуаціями. Такі спортсмени вважають, що вони досягли всього хорошого, що було і є в їхньому житті, і що вони здатні досягти мети в майбутньому.

Низький показник за цією шкалою виявився у групи випробовуваних дівчат (30%). Такий показник свідчить про те, що людина приписує свої успіхи, досягнення та радості зовнішнім

обставинам – везінню, щасливій долі чи допомозі інших людей. У табл. 3 ми бачимо показники інтернальності у сфері невдач.

Таблиця 2

Розподіл показників за шкалою інтернальності у сфері досягнень у двох групах спортсменів

Інтернальність у сфері досягнень	Юнаки (n=42)		Дівчата (n=37)		Достовірність відмінностей
	%	n	%	n	
Екстернальність	0	0	30	20	p ≤ 0,05
Інтернальність	100	60	67	40	p ≤ 0,01

Таблиця 3

Розподіл показників за шкалою інтернальності у сфері невдач у двох групах спортсменів

Інтернальність у сфері досягнень	Юнаки (n=42)		Дівчата (n=37)		Достовірність відмінностей
	%	n	%	n	
Екстернальність	5	3	45	27	p ≤ 0,05
Інтернальність	95	57	55	33	p ≤ 0,01

Успішне вирішення завдань фізичної підготовки та спортивного тренування, навчання, виховання та управління також визначається вмінням акцентуватися на положеннях індивідуального підходу, які полягають у знанні індивідуальних особливостей спортсменів. Отримання відповідної психодіагностичної інформації відкриває певні можливості для відбору спортсменів і комплектування спортивних команд.

Ще один фактор, який впливає на рівень тривожності, – це стать випробовуваних. Результати проведеного дослідження показали, що дівчата-футболістки тривожніші, ніж спортсмени-юнаки (табл. 4).

Таблиця 4

Статевий диморфізм у прояві особистісної тривожності студентів-футболістів

Стать піддослідних	Тривога (%)		
	висока	середня	низька
дівчата	52	40	4
юнаки	25	65	10

У табл. 4 видно, що високий рівень занепокоєння і тривожності є характерною особливістю дівчат.

Були виявлені статеві особливості розвитку особистісної тривожності. У дівчат-спортсменок рівень тривожності вищий порівняно з юнаками. Відмінність є статистично значущою.

Найбільш ідентичними є співвідношення структур особистості не чоловіків чи жінок, а маскулінних та фемінінних особистостей. Статева ознака тут не має першорядного значення.

Аналіз структури особистості спортсменів різних класифікаційних груп видів спорту залежно від гендерного типу дозволив виявити, що найбільш подібною є структура особистості спортсменів, однакових за гендерним типом, а не за статевою ознакою.

Отримані результати можуть бути використані тренерами у практичній роботі для індивідуалізації навчально-тренувальної діяльності з метою підвищення якості підготовки та результативності виступів на змаганнях.

Подальші дослідження у цьому напрямі будуть спрямовані на вивчення занять баскетболом та футболом гендерно диференційованих дівчат та юнаків з урахуванням кваліфікації спортсменів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артамонова Т.В., Шевченко Т.А. Гендерная идентификация в спорте : монография. Волгоград : ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2009. С. 7–8.
2. Багадирова С.К. Формирование гендерной идентичности в условиях профессионализации личности в спорте. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*. 2014. Вып. 2. С. 114–119.
3. Бугаевский, К.А. Изучение показателей гендерной идентификации у девушек-спортсменок. *Актуальные научные исследования в современном мире*. 2017. № 29. С. 144–153.
4. Ворожбитова А.Л. Гендерная теория физической культуры как основа формирования гендерного сознания спортсменов. *Вестник Ставропольского государственного университета*. 2007. № 49. С. 27–31.
5. Дамадаева А.С. Психология гендерного развития личности спортсмена : автореф. дисс. ... докт. психол. наук : 19.00.01. Москва, 2013. 20 с.
6. Жуина Д.В., Майдокина Л.Г. Психологические особенности спортсменов-победителей. *Современные проблемы науки и образования*. 2014. № 6. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=15781> (дата обращения: 23.10.2021).
7. Макушина О.П., Щербакова И.В. Гендерные особенности самоактуализации личности в современном обществе. *Личность, семья и общество. Серия «Вопросы педагогики и психологии»*. 2014. № 37 (2). С. 52–57.
8. Тарасевич Е.А. Гендерные отличия спортсменов в различных классификационных группах видов спорта и спортивных дисциплин. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. № 2 (52), С. 117–120.
9. Тарасевич Е.А., Камаев О.И. Гендерные различия в оценке роли занятий спортом как один из показателей качества жизни спортсменов. *Фізична активність і якість життя людини : збірник тез доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції*, м. Луцьк / Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. Луцьк. 2018. С. 71.
10. Тарасевич О.А., Камаев О.І. Особливості гендерних відмінностей у спортсменів, що займаються спортивними єдиноборствами. *Єдиноборства*. 2019. № 4 (14). С. 117–126.
11. Цикунова Н.Г. Гендерные характеристики личности спортсменов в маскулинных и фемининных видах спорта : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Санкт-Петербург, 2003. С. 106–108.
12. Смоляр И.И. Личностный аспект лидерства в мужских и женских спортивных командах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : збірник наукових праць Харківської державної академії дизайну і мистецтв*. 2006. № 6. С. 106–108.
13. Сигал Н.С. Влияние типологических свойств нервной системы, темперамента и личностных особенностей на саморегуляцию психических состояний футболистов в командах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : збірник наукових праць Харківської державної академії дизайну і мистецтв*. 2006. № 7. С. 109.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМПЛЕКТУВАННЯ СПОРТИВНИХ КОМАНД У БАСКЕТБОЛІ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ACQUISITION OF SPORTS TEAMS IN BASKETBALL

У статті розглядаються проблеми психологічної сумісності у спорті на прикладі жіночого та чоловічого баскетболу. Наявність у команді розбіжностей у міжособистісних відносинах спортсменів призводить до низької зіграності та стабільності командних дій. Водночас немає науково обґрунтованої методики комплектування ігрового складу баскетболістів з урахуванням сумісності індивідуально-психологічних та особистісних особливостей спортсменів, що пояснює актуальність нашого дослідження. Мета дослідження – здійснити аналіз критеріїв психологічної сумісності партнерів у жіночій та чоловічій баскетбольній командах для раціонального комплектування ігрового складу. Завдання дослідження: 1) вивчити спеціальну науково-методичну літературу з зазначеної проблеми; 2) здійснити порівняльний аналіз показників ігрових взаємодій у командах дівчат і юнаків; 3) виявити схильності до конфліктних взаємин у командах; 4) оцінити індивідуально-психологічні особливості баскетболістів жіночої та чоловічої команд. Для вирішення поставлених завдань використано такі методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, тестування, методи математичної статистики. В експерименті взяли участь чоловіча та жіноча баскетбольні команди НТУ «Дніпровська політехніка» (по 12 осіб у кожній, загальна кількість – 24 спортсмени). Проведене дослідження з вивчення міжособистісних взаємин баскетболістів за допомогою методу соціометрії дозволило визначити симпатії та антипатії спортсменів, тобто психологічне ставлення одне до одного. За результатами соціометрії (12 осіб, включаючи запасних) були визначені явні «лідери» команди – 5 осіб у чоловічій команді, «пересічні» – 7 спортсменів. У жіночій команді є 4 «лідерки» і 8 «пересічних» спортсменок. Оцінюючи індивідуально-психологічні особливості баскетболістів, ми виявили таке. У результаті отриманих даних був визначений індекс психологічної сумісності в команді, який дорівнює 0,58 у юнаків та 0,41 у дівчат. Для оцінки психологічної сумісності в команді використовувалися такі рівні: низької психологічної сумісності – від 0,03 до 0,22; середньої психологічної сумісності – від 0,22 до 0,42; високої психологічної сумісності – від 0,42 до 0,61. Чоловіча збірна команда НТУ «Дніпровська політехніка» з баскетболу характеризується високою психологічною сумісністю гравців (зі значенням 0,58), жіноча команда – середньою (0,41).

Ключові слова: баскетбол, комплектування команд, психологічна сумісність, командні взаємовідносини.

The article considers the problems of psychological compatibility in sports on the example of women's and men's basketball. The presence of differences in the team in the interpersonal relationships of athletes leads to low teamwork and stability of team action. At the same time, there is no scientifically substantiated method of staffing basketball players, taking into account the compatibility of individual psychological and personal characteristics of athletes, which was the purpose of our research. The purpose of the study is to analyze the criteria of psychological compatibility of partners in women's and men's basketball teams for the rational staffing of the game. Objectives of the study: 1. Study of special scientific and methodological literature on the problems being studied. 2. Carrying out a comparative analysis of indicators of game interactions in teams of girls and boys. 3. Identifying the propensity for conflict in teams. 4. Assessment of individual psychological characteristics of women's and men's basketball teams. The following research methods were used to solve the tasks: analysis and generalization of scientific and methodological literature, pedagogical observations, pedagogical experiment, testing, methods of mathematical statistics. The experiment was attended by men's and women's basketball teams of NTU "Dnieper Polytechnic" – 12 people each (a total of 24 athletes). A study to study the interpersonal relationships of basketball players using the method of sociometry allowed to determine the likes and dislikes of athletes, i.e. the psychological attitude towards each other. According to the results of sociometry (out of 12 people, including substitutes), clear "leaders" of the team were determined: 5 people in the men's team, "average" – 7 athletes. In the women's team, respectively – 4 "leaders", 8 athletes – "average". Assessing the individual psychological characteristics of basketball players revealed the following. As a result of the obtained data, the index of psychological compatibility in the team was determined, which is equal to 0,58 for boys and 0,41 for girls. To assess the psychological compatibility in the team used levels: low psychological compatibility – from 0,03 to 0,22, medium psychological compatibility – from 0,22 to 0,42, high psychological compatibility – from 0,42 to 0,61. Therefore, the men's national team of NTU "Dniprovskaya Polytechnic" in basketball is characterized by high psychological compatibility of players (with a value of 0,58), the women's team – the average (0,41).

Key words: basketball, staffing teams, psychological compatibility, team relationships.

УДК 796.012.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.7>

Батечко Д.П.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Шнякіна С.М.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Питання психологічного спілкування спортсменів у командах цікавлять багатьох тренерів та вчених. Відомо, що успіх у командних видах спорту залежить від таких психологічних показників, як взаєморозуміння, зігра-

ність, взаємовиручка тощо. Особливу роль відіграють міжособистісні стосунки [1, с. 25; 9, с. 12].

Клубні команди характеризуються спортивними традиціями, специфікою організації

гри, своїми спортивними уподобаннями, тривалістю спілкування гравців. У таких командах новачки зазнають певних психологічних труднощів, які тренери повинні враховувати та за можливості усувати [8, с. 22].

Успішність входження новачка в команду залежить багатьох чинників, зокрема і від властивостей його особистості [11, с. 52]. Згуртованість команди досягається наявністю єдиної мети, якою є перемога. Спортсмени проводять багато часу разом на тренуваннях, тому система стосунків має приносити почуття задоволення від перебування у колективі. Діяльність тренера має ключовий вплив на формування міжособистісних відносин у команді. Необхідно враховувати, що у команді існують як гравці основного складу, так і запасні гравці. Взаємини між цими учасниками залежать від тренера [2, с. 24; 3, с. 87].

Якщо тренер довіряє основним гравцям і водночас дає можливість спортсменам запасного складу проявляти себе на змаганнях, то відносини всередині команди будуть дружніми. Робота тренера з командою є особливим фактором формування психологічної атмосфери в колективі.

Психологічна сумісність у спорті продовжує залишатися предметом низки досліджень. У баскетболі існує проблема неузгодженості дій під час змагань, однією з причин якої є відсутність психологічної сумісності гравців [2, с. 26; 4, с. 30].

Ми вважаємо, що цей напрям у спортивній психології на прикладі жіночих і чоловічих баскетбольних команд є недостатньо вивченим та актуальним для подальших досліджень.

Для тренера непростим і вкрай важливим професійним умінням та навичкою є створення хорошого соціально-психологічного клімату у колективі. Він має підібрати команду так, щоб усі її члени не лише успішно взаємодіяли на майданчику, а й гармоніювали між собою як особи, будували правильні взаємини.

Високе почуття колективізму, дружні стосунки, психологічна сумісність спортсменів є необхідними умовами успішного виступу команди [1, с. 12; 10, с. 92]. Для цього тренер повинен знаходити індивідуальний підхід до кожного гравця, вміло об'єднувати всіх гравців команди (лідерів та рядових) та спрямовувати їхню діяльність на користь команди. Тренер студентської команди з баскетболу має враховувати аналіз психологічного клімату спортсменів.

Аналіз дослідження показує, що психологічна сумісність є основою формування взаєморозуміння, міжособистісної взаємодії, взаємовідносин спортсменів [1, с. 12; 2, с. 26; 4, с. 31]. Гармонійна взаємодія людей у спільній діяльності у різних видах спорту має вирішальне значення для досягнення високих

результатів на змаганнях. Змагальний успіх визначається сумарною дією багатьох факторів, якостей та здібностей, які перебувають у тісному взаємозв'язку.

Передбачається, що вивчення психологічної сумісності партнерів у жіночих та чоловічих баскетбольних командах дозволить виявити критерії сумісності, облік яких під час комплектування складів команд дозволить прискорити процес спрацювання гравців та забезпечить необхідний рівень ефективності під час гри, сприятливий психологічний клімат.

Мета дослідження – здійснити аналіз критеріїв психологічної сумісності партнерів у жіночій та чоловічій баскетбольній командах для раціонального комплектування ігрового складу.

Завдання дослідження: 1) вивчити спеціальну науково-методичну літературу з зазначеної проблеми; 2) здійснити порівняльний аналіз показників ігрових взаємодій у командах дівчат та юнаків; 3) виявити схильності до конфліктних взаємин у командах; 4) оцінити індивідуально-психологічні особливості баскетболістів жіночої та чоловічої команд.

Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, тестування, методи математичної статистики.

В експерименті взяли участь чоловіча та жіноча баскетбольні команди НТУ «Дніпровська політехніка» (по 12 осіб у кожній, усього 24 спортсмени).

Психологічна сумісність – це схожість людей за увагою, мисленням, пам'яттю, інтелектом, емоційною врівноваженістю і занепокоєнням, тривогою, екстраверсією-інтроверсією, а також низкою інших психічних якостей [1, с. 12; 2, с. 25]. Психологічний рівень сумісності передбачає взаємодію характерів, мотивів поведінки.

Найбільш важливими психологічними ознаками в баскетболі повинні бути єдині цілі та завдання, висока здатність до самоврядування, самоорганізації, оптимальні показники згуртованості або роз'єднаності та психологічного клімату, колективний характер внутрішньогрупової прийнятності, рівень авторитетності формальних лідерів, взаємовідносини формальних лідерів з неформальними лідерами команди в цілому, а також ставлення спортсменів до майбутніх змагань та взаємини між спортсменами та тренерами [6, с. 6; 7, с. 90].

Відносини між партнерами мають будуватися за принципом взаємної відповідальності. Перед початком комплектування складів низка авторів рекомендує вивчити схильність спортсменів до колективних видів

діяльності, тобто виявити тип соціальної поведінки, рівень самоконтролю, впевненість у собі, емоційну стабільність гравців [3, с. 87; 5, с. 8; 8, с. 24]. У разі недостатнього розвитку даних особистісних рис необхідно виявити причини (неадекватна оцінка, підвищена агресивність, емоційна неврівноваженість, схильність до конфліктної взаємодії) та провести корекційно-розвивальну роботу для оптимізації складу команди.

Висока значущість психологічного забезпечення навчально-тренувального процесу спортсменів у баскетболі зумовлюється пошуком шляхів, засобів та методів, спрямованих на підвищення спрацювання спортсменів під час спільної діяльності, а також на оптимізацію взаємин.

Оскільки кожен вид спорту має специфічні особливості, то сумісність та спрацювання партнерів залежатимуть від конкретних індивідуально-психологічних та соціально-психологічних особливостей особи спортсмена [8, с. 26].

Під час дослідження ми вивчили індивідуально-психологічні та особистісні особливості баскетболістів, виявили критерії сумісності особистісних особливостей партнерів, що зумовлюють спрацювання ігрових ланок.

Це дозволяє припустити, що комплектування ігрового складу баскетболістів з урахуванням індивідуально-психологічних та особистісних особливостей спортсменів та спрацювання дозволить сформувати ігровий склад, який характеризуватиметься високою спрацьованістю, що дозволить підвищити результативність ігрової взаємодії.

Низка досліджень, проведених у спорті, дозволила встановити, що в командах є спортсмени, які користуються більшими симпатіями, повагою та авторитетом у своїх товаришів, ніж інші. Це дозволяє охарактеризувати їх як лідерів. Також є спортсмени, які не мають авторитету. До них найчастіше ставляться негативно, намагаючись уникнути тривалих контактів, спілкуються із ними вимушено. Це аутсайтери команди. Крім цих двох категорій, є спортсмени, які займають середнє (проміжне) положення.

Усі взаємини у команді формуються з урахуванням статусу, який має кожен її член. Це необхідно враховувати під час комплектування команд, тому бажано, щоб у кожній команді були певні поєднання лідерів, спортсменів, що займають проміжне положення, та аутсайдерів. Тут важливо також відзначити, що у баскетбольних командах більше значення має емоційний лідер, ніж діловий.

Саме емоційний лідер не лише відчуває стан своїх партнерів, а й намагається задавати у команді певний емоційний тон. Такий лідер відіграє важливу роль під час змагань.

У ході досліджень були вивчені різні підходи до поняття психологічної сумісності. Проведене нами опитування у вигляді анкетування студентів-баскетболістів (дівчата та юнаки) показало, що основні перешкоди для них у змаганнях – це нерозуміння під час взаємодії з партнерами (75%) та несприятливі взаємини (100%). На нашу думку, подібні явища зумовлені несумісністю гравців.

Таблиця 1
Порівняльні показники ігрових взаємодій у командах (на прикладі юнаків та дівчат)

№ з/п	Показники ігрових взаємодій	Жіноча команда	Чоловіча команда
1	Освоєння взаємодій (кількість занять)	9,86 ± 1,56	9,63 ± 1,34
2	Стабільність виконання командних взаємодій (%)	64,12 ± 2,34	61,02 ± 2,89

Проведене дослідження з вивчення міжособистісних взаємин баскетболістів за допомогою методу соціометрії дозволило визначити симпатії та антипатії спортсменів, тобто їхнє психологічне ставлення одне до одного. За результатами соціометрії (з 12 осіб, включаючи запасних) були визначені явні «лідери» команди – 5 осіб у чоловічій команді, а також «рядові» – 7 спортсменів. У жіночій команді є 4 «лідерки» і 8 «рядових» спортсменок.

Під час оцінювання індивідуально-психологічних особливостей спортсменів ми виявили такі ознаки підгруп: підгрупа «лідери» має виражені лідерські якості, а також комунікативні та організаторські здібності; у спортсменів підгрупи «рядові» менше виражені лідерські якості, комунікативні та організаторські здібності. Амбівертованість за типом спілкування більше визначається у групі «лідери» (табл. 2).

Оцінюючи індивідуально-психологічні особливості баскетболістів, ми виявили таке. У результаті отриманих даних ми визначили індекс психологічної сумісності в команді, який дорівнює 0,58 у юнаків та 0,41 у дівчат.

Для оцінки психологічної сумісності в команді використовуються такі рівні: низької психологічної сумісності – від 0,03 до 0,22; середньої психологічної сумісності – від 0,22 до 0,42; високої психологічної сумісності – від 0,42 до 0,61. Чоловіча збірна команда з баскетболу НТУ «Дніпровська політехніка» характеризується високою психологічною сумісністю гравців (зі значенням 0,58), жіноча команда – середньою (зі значенням 0,41) (табл. 3).

Таблиця 2
Оцінка індивідуально-психологічних особливостей баскетболістів

Індивідуально-психологічні особливості	«лідери»	«рядові»
1. Лідерські якості	35 ± 0,3	32 ± 0,7
2. Психологічний тип спілкування:		
- екстравертованість	24,4 ± 0,5	30,2 ± 0,3
- амбівертованість	24,1 ± 0,8	18,3 ± 0,5
- інтровертованість	2,8 ± 0,6	5,8 ± 0,5
3. Комунікативні та організаторські здібності	4,5 ± 0,3	1,5 ± 0,1
Кількість виборів з боку команди	5,8 ± 1,7	2,7 ± 0,7
Оцінка психологічної атмосфери у команді	75 ± 4,0	60,9 ± 4,3

Таблиця 3
Дані соціометричного статусу та експансивності спортсменів у чоловічій та жіночій збірних командах з баскетболу НТУ «Дніпровська політехніка»

Соціометричний статус (індекс)		Соціометрична експансивність (індекс)	
Команда юнаків	Команда дівчат	Команда юнаків	Команда дівчат
0,78	0,41	0,65	0,34

Наведені в табл. 3 дані індексів соціометричного статусу та експансивності гравців у чоловічій та жіночій збірних командах НТУ «Дніпровська політехніка» з баскетболу показують, що всі спортсмени психологічно сумісні. Показники представлених індексів перевищують середні значення, але це має позитивний характер.

У багатьох командних видах спорту, зокрема і в баскетболі, комплектування ігрового складу відбувається на підставі властивостей нервової системи та характеру спортсменів, проте невід’ємною частиною зіграності спортсменів є їхня психологічна згуртованість.

Отже, гравці, які мають хороші лідерські, комунікативні та організаторські здібності, не тільки здатні взяти відповідальність за результати власної діяльності, але й беруть відповідальність за командні дії.

Студенти-спортсмени спеціалізації баскетболу володіють такими особистісними особливостями: середнім рівнем тривожності, яскраво вираженими властивостями нервових процесів, високою завадостійкістю, швидкістю розумових операцій, вираженою екстравертованістю, високою нормативністю поведінки, комунікабельністю, активністю, сміливістю, залежністю від групи, впевненістю у собі.

Отримані дані дозволили нам визначити індекс психологічної сумісності в команді, який дорівнює 0,58 у юнаків та 0,41 у дівчат.

Це свідчить про високу та середню психологічне сумісності.

Перспектива подальших досліджень полягає у розробці та впровадженні експериментальної програми, спрямованої на підвищення комунікативних та організаторських здібностей баскетболістів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. Психологическая совместимость в спортивной деятельности и алгоритм её определения. *Спортивный психолог.* 2019. № 3. С. 12.

2. Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности : монография. Омск : СибГАФК, 2001. С. 25–26.

3. Баринов В.В. Влияние индивидуальных особенностей личности баскетболиста на успешность соревновательной деятельности : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Москва, 2001. С. 86–87.

4. Девяткина Е.Ю. Комплектование игрового состава команды высококвалифицированных баскетболисток с учетом психологической совместимости и срабатываемости игроков : дисс. ... канд. пед. наук. Омск, 2005. С. 30–31.

5. Демченко В.А. Самосвідомість як фактор психологічної адаптації першокурсників до навчальної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Харківський національний університет ім. В.Н. Каразіна. Харків, 2006. С. 8–9.

6. Корнійко У.В. Психологічні зміни особистості яхтсмена у процесі спортивної діяльності під впливом психотравмуючих факторів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01 ; Національний університет фізичного виховання і спорту України. Київ, 2003. С. 6–7.

7. Кузнецов В.В. Психологический анализ проявления субъектно-личностных свойств спортсменов как показателя успешности их деятельности (на примере атлетических видов спорта и боевых единоборств) : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Казань, 2004. С. 89–90.

8. Мосина Н.В. Исследование индивидуальных психологических особенностей юных баскетболистов и их влияние на коммуникативные и организаторские способности спортсменов. *Международный журнал экспериментального образования ГОУ ВПО «Югорский государственный университет»* № 6. 2019. С. 22–26.

9. Савиченко О.М. Ціннісно-мотиваційна регуляція розвитку спортивних здібностей у юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Луцьк, 2009. С. 12.

10. Ложкін Г.В., Воробйов М.І., Бринзак С.С. Система збалансованих індикаторів психологічного клімату спортивної команди : навчально-методичний посібник. Вінниця : ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2007. С. 92–93.

11. Стрекаловская И.Н. Самооценка спортсменов и ее коррекция средствами самопознания : дисс. ... канд. психол. наук : 13.00.04. Санкт-Петербург, 2005. С. 52.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПІДХОДІВ У РОБОТІ З ДІТЬМИ ТА СІМ'ЯМИ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬ НАСЛІДКИ ТРАВМУЮЧИХ ПОДІЙ ТА ОПИНИЛИСЬ У СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL APPROACHES IN WORKING WITH CHILDREN AND FAMILIES EXPERIENCING THE CONSEQUENCES OF TRAUMATIC EVENTS AND FOUND THEMSELVES IN DIFFICULT LIFE CIRCUMSTANCES

У статті представлено результати теоретичного дослідження проблеми надання психосоціальної допомоги травмованим дітям і сім'ям, які опинились у складних життєвих обставинах. Мета дослідження – проаналізувати та узагальнити найбільш популярні психологічні підходи у роботі з психотравмою і окреслити принципи комплексного підходу психосоціальної допомоги в умовах освітнього процесу. Результати аналізу теоретичних джерел вітчизняних і зарубіжних дослідників дозволяють виділити та охарактеризувати такі підходи: ігровий підхід у різних його модифікаціях (клієнт-центрованої орієнтації, директивної або структурованої ігрової терапії тощо), когнітивно-поведінковий та травмофокусований, діалогічний підхід, арттерапію, а також соматичний підхід. У процесі дослідження були встановлені основні особливості застосування цих підходів у роботі з травмою, визначені переваги та обмеження, основні цілі та завдання роботи. Також були окреслені принципи комплексного підходу, що дозволяє не тільки поєднати можливості та переваги окремих видів роботи, а й стверджувати, що, якими б якісними не були розробки і підходи у вирішенні проблем психічної травматизації, важливого значення має їх уміле поєднання та використання у комбінації з іншими видами роботи. Згідно з принципами комплексного підходу, окрім вибору того чи іншого психологічного підходу, визначення основних та допоміжних методів у роботі з травмованими дітьми, важливо побудувати якісну і систематичну роботу не тільки з дитиною, а і з її батьками, близькими родичами та соціальним оточенням. Визначено, що основними цілями роботи в процесі надання допомоги є відреагування травматичних переживань, стабілізація емоційного стану та відновлення соціальної взаємодії між дітьми. Кожен з психологічних підходів виділяє певні етапи та структуру роботи у процесі надання допомоги, пропонує ті чи інші техніки та методики, але для ефективності і результативності слід враховувати особливості конкретної ситуації, особливості дитини, її сімейного і соціального оточення.

Ключові слова: особистість, психотравма, психосоціальна допомога, взаємодія, відреагування, метод.

The article presents the results of a theoretical study of the problem of providing psychosocial assistance to traumatized children and families who find themselves in difficult life circumstances. The aim of the study was to analyze and summarize the most popular psychological approaches in dealing with trauma and to outline the principles of an integrated approach to psychosocial care in the educational process. The results of the analysis of theoretical sources of domestic and foreign researchers allow to identify and characterize such approaches as a game approach in its various modifications (client-centered orientation, directive or structured game therapy, etc.), cognitive-behavioral and trauma-focused, dialogical approach, art therapy and the somatic approach. In the course of the research the main features of application of these approaches in work with trauma were established, advantages and limitations, the basic purposes and tasks of work were defined. The principles of an integrated approach were also outlined, which not only combines the best opportunities and benefits of certain types of work, but also states that no matter how good the development and approaches to solving problems of mental trauma, their skillful combination and use in combination with other types of work is important. According to the principles of an integrated approach, in addition to choosing a psychological approach, determining the main and auxiliary methods in working with traumatized children, it is important to build quality and systematic work not only with the child but with parents, close relatives and social environment. It is clear that the main goals of the work in the process of providing assistance are to respond to traumatic experiences, stabilize the emotional state and restore social interaction between children. Each of the psychological approaches identifies certain stages and structure of work in the process of providing assistance, offers certain techniques and techniques, but for efficiency and effectiveness should take into account the specifics of the situation, the characteristics of the child's family and social environment.

Key words: personality, psychotrauma, psychosocial help, interaction, reaction, method.

УДК 159.972

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.8>

Бондарук Ю.С.

науковий співробітник
Український науково-методичний центр
практичної психології
і соціальної роботи

Сучасний світ сповнений стресових подій. На жаль, їх кількість з кожним роком збільшується, а особливо в нашій країні: конфлікт на Сході України, природні катаклізми, економічна криза, наслідки пандемії, терористичні акти, нещасні випадки, різні прояви психічного та фізичного насильства, втрата рідних тощо – усе це є травмуючими факторами. Події, що сьогодні відбуваються в нашій країні,

доволі важко сприймаються і позначаються на особистості, зокрема на особистості дітей, надаючи при цьому сильний психотравмуючий та дезадаптуючий вплив. Дорослі та діти, які переживають психотравму, знову і знову повертаються до пережитого. Часто у них змінюється сприйняття теперішнього, минулого та майбутнього, а їхнє життя розділяється на «до» та «після». Психотравмуючі

події, важкі життєві обставини порушують у дитини базове почуття безпеки, послаблюють адаптивні механізми психіки, що призводить до невротизації, зростання конфліктності у соціальних взаєминах. Нерідко підвищується ризик виникнення різних психогенних розладів. Деякі з цих подій усвідомлюються особистістю, а деякі лишаються непоміченими, забутими та витісняються у підсвідомість і невидимо для неї керують чи визначають її психічні стани, вчинки, навіть долю [1, с. 3; 6, с. 95].

Саме тому перед сучасними практичними психологами постає питання пошуку та застосування ефективних і дієвих методів психологічної допомоги постраждалим дітям та сім'ям.

Мета дослідження полягає в тому, щоб проаналізувати та узагальнити теоретичні підходи та досвід психологічної практики у роботі з психотравмою, а також окреслити принципи комплексного підходу психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що отримали травматичний досвід і опинились у складних життєвих обставинах.

Існує багато досліджень зарубіжних та вітчизняних науковців, які вивчали проблеми психічної травматизації у дорослих та дітей (А. Аллен, С. Блум, А. Венгер, Дж. Вілсон, В. Волошина М. Горовиць, В. Дубровіна, С. Ільїна, О. Лазебна, Т. Магомед-Емінов, М. Мазур, Я. Овсяннікова, М. Падун, Ю. Семетнова, Д. Сміт, І. Мамайчук, Н. Тарабрїна, М. Решетников, В. Ромек, К. Хорні, К. Флейк-Хопсон, В. Фруе та ін.). Дослідженням процесу опанування людиною стресовими і травмуючими подіями, психологічними наслідками травматичного стресу (феномену «резилієнс») займалися такі вчені, як С. Богданов, П. Горностай, Р. Г'єстад, Л. Гупта, Е. Дирегров, Ш. Перрен, Г. Сельє, П. Сміт, О. Тімченко, В. Чорнобровкіна, У. Юле, Г. Фішер та багато ін. Питання соціально-психологічної допомоги та підтримки особистості, яка переживає складну життєву ситуацію в умовах закладу освіти, досліджували українські вчені В. Панок, Т. Титаренко, І. Ткачук, С. Томчук та ін. Зокрема, вони окреслили завдання психологічної реабілітації дітей і сімей, які отримали психотравму, залежно від часу переживання травматизації, тобто одразу або через певний час (кілька місяців, років). Так, на першому етапі необхідна медико-психологічна допомога, а на другому – психолого-педагогічна. Це зумовлює вибір фахівців, які надають психологічну допомогу, яка повинна бути системною, тривалою і методично обґрунтованою [15; 22].

Кожна людина протягом свого життя потерпає від тих чи інших психологічних травм, а саме: втрати близьких людей, важких хвороб, аварій, розлучень, сімейних конфліктів. При цьому психологічна травма може бути пов'язана як з об'єктивними причинами, так і з суб'єктивним сприйняттям цих подій, що залежить від особистих особливостей людини. Дві різні людини можуть по-різному відреагувати на одну подію.

Вчені визначають психотравму як реактивне психічне утворення. Психотравма – це реакція на

значущі для даної людини події, які викликають тривалі емоційні переживання і мають тривалий психологічний вплив [11; 19].

Будь-яка значуща подія для людини – зрада, переживання втрати, криза, хвороба тощо – може бути причиною психотравми. Однак усі ці події можуть і не бути травмуючими, якщо людина інтегрувала їх у свій світогляд. Г. Фішер, який є одним з авторів інтегративного підходу у роботі з психотравмами, стверджує, що часто у постраждалих спостерігається спотворене відчуття часу, простору і самих себе, що виражається у швидкоплинному або сповільненому сприйнятті часу чи у спогляданні того, що відбувається, ніби збоку, що свідчить про ознаки дисоціативного (розщепленого) сприйняття. Іншими словами, не маючи змоги «втекти», вони уникають ситуацію шляхом зміни в рецепторній сфері або в сприйнятті. Головною метою роботи з постраждалими він вважає доопрацювання змісту переживань й інтеграцію травматичного досвіду у свідомість людини. Це дає можливість прийняття пережитого досвіду як частини свого життя, а також можливість згадувати травмуючу ситуацію без надмірної афективності та нав'язливих думок про минуле [23].

Слід зауважити, що діти та підлітки більш вразливі у випадку психологічної травматизації, ніж дорослі. Це зумовлено тим, що їхній психічний розвиток перебуває в стадії формування, тому вони недостатньо зрілі для переживання психотравмуючих ситуацій. Тобто діти та підлітки мають слабозрозуміні механізми адаптації та компенсації. Це негативно позначається на формуванні і становленні особистості, а також впливає на особливості поведінки та когнітивні процеси, самооцінку, міжособистісні стосунки тощо.

З огляду на це серед численних психологічних підходів у роботі з дитячою психотравмою слід відзначити ігрову терапію. Особливо актуальним є її застосування із дітьми молодшого шкільного віку, для яких гра та навчання є провідною діяльністю, а запиту чи потреби у психологічній консультації, як правило, ще немає [2, с. 55].

Значний внесок в ігровий підхід, який ґрунтується на клієнт-центрованій терапії щодо дитини, зробив Г.Л. Лендрет. Ефективність такого підходу виявляється під час роботи з травмованими дітьми в ігровій діяльності, оскільки гра дає змогу дитині в символічній формі програвати певні травматичні сценарії, що з нею відбулись. Вчений виділив у цьому процесі циклічну гру, коли певні сюжети програвються дитиною знову і знову. Змістом гри може бути похорон, пожежа, аварія або інша травмуюча подія, під час якої психолог лише описує дії дитини, проговорює її слова і називає її почуття, не даючи жодних указівок, оцінок, не робить будь-яких виховних дій. Це дозволяє дитині вільно виразити і відреагувати власні емоції в присутності психолога. Це сприяє поєднанню в психіці дитини її мовлення, почуттів та дій, тобто того, що було розщеплено під час психологічної травматизації.

Після завершення циклічної гри стан дитини покращується, а прояви поведінки, що викликали занепокоєння, зникають без спеціальної корекції [14].

Напряму ігрової терапії відносин вдосконалив К. Мустакас, який створив модель роботи, в якій терапевт має можливість привносити власні почуття, думки, вподобання у взаємодію з дитиною, що дещо відрізняється від класичної моделі ігрової терапії. Свою концепцію К. Мустакас більш детально описав у роботі «Ігрова терапія» у Главі 5 «Креативні терапевтичні відносини». Цей підхід, на думку вченого, дозволяє не тільки скоректувати психологічні проблеми чи труднощі, а й здійснити особистісні зміни [13, с. 122].

Серед інших видів ігрової терапії слід відзначити директивний та структурований підходи, які розробив Д. Леві. Він застосовував їх із дітьми, які пережили певні травматичні події. Вчений вважав, що гра надає дітям можливість відреагування. Під час сесії у потрібний момент він відтворював таку обстановку (стресогенну ситуацію), щоб спеціально відібрані ігрові матеріали допомагали відтворювати досвід, який викликав у дитини реакцію тривоги. У процесі розігрування попереднього досвіду дитина керує грою і тим самим переміщується з пасивної ролі постраждалого в активну роль того, хто діє, що дає можливість дитині звільнитись від болю та напруги, викликаних цією подією [14].

Цікавими є розробки А. Захарова, який застосовував ігрову терапію у груповій роботі з дітьми і підлітками, а також вивчав можливості поєднання сімейної і групової терапії. Він запропонував таку послідовність корекційних методик: бесіда, спонтанна гра, спрямована гра і навіювання. У процесі роботи з дітьми А. Захаров виділяє діагностичну, терапевтичну та навчальну функції гри. Ці функції поєднані між собою і реалізуються як на початковому етапі, тобто в спонтанній грі, так і у спрямованій грі. Слід додати, що з часом роботи групи змінюється зміст рольових ігор від терапевтично спрямованих до навчальних [5].

Не менш цікавим є такий вид ігрової терапії, центрованої на дитині, як домашня або філіальна терапія (Filial therapy), яку започаткували Бернард та Луїза Герні. На думку вчених, щоб допомогти більшій кількості дітей, необхідно задіяти спеціально підготовлених батьків під керівництвом спеціаліста з ігрової терапії. Окрім розв'язання дитячих проблем, ця модель дозволяє покращити дитячо-батьківські взаємовідносини. Ідеї Б. Герні ґрунтуються на таких засадах:

- проблеми дитини частіше за все пов'язані з тим, що у батьків немає достатніх знань чи навичок;
- перебуваючи в ролі психотерапевта, батькам легше позитивно ставитись до дітей, а дитині у грі легше висловити свої думки, почуття, досвід, який вона не може виразити в звичайному житті;
- завдяки активній ролі батьки позбавлені відчуття дискомфорту в тих випадках, коли вони відчують, що роблять щось неправильно, а спеціаліст виправляє це;

– для дитини важливо, що не тільки фахівець може допомогти їй у розв'язанні проблем, а і така значуща людина, як батько чи мати, оскільки батьки є найважливішими фігурами в житті дитини [4; 16].

Як ми бачимо, ігротерапія дозволяє розв'язувати широке коло психологічних труднощів та проблем, зокрема і долати наслідки психотравми у дітей. Завдяки природним механізмам впливу гра надає можливість уникнути опору, скрутності, що часто супроводжують психотравматичний стан, а завдяки спеціальним технікам та прийомам можна розгорнути та відреагувати важкі травматичні переживання у делікатній та безпечній формі для дитини.

Серед сучасних підходів у роботі з психотравмою значне місце посідає когнітивно-поведінковий підхід. Так, український дослідник і дитячий лікар-психотерапевт О. Романчук, досліджуючи сучасну модель розуміння походження та проявів розладів, пов'язаних з психотравмою, вважав найбільш ефективними та впроваджував до застосування рекомендовані сучасними протоколами такі терапевтичні підходи, як травмофокусована когнітивно-поведінкова терапія (ТФ-КПТ) і метод десенсибілізації та репроцесуалізації травми за допомогою руху очей (EMDR). Спираючись на розуміння посттравматичного стресового розладу (ПТСР) як розладу інтеграції травматичних спогадів у автобіографічну пам'ять, зазначимо, що природно застосовувати ті методи, що безпосередньо й структуровано працюють з цими спогадами, можуть сприяти їх інтеграції і вести до послаблення симптомів розладу. Про ефективність цих методів свідчить дослідження, проведене в Ізраїлі, в якому порівнювали ефективність застосування антидепресантів та методу ТФ-КПТ у терапії ПТСР та під час попередження переходу його у хронічну форму. Ці терапевтичні підходи вимагають ретельного дослідження кожного індивідуального випадку та побудови терапевтичного плану. Терапія має відбуватися згідно з певними стадіями. На першій стадії найважливіше – створити такі умови, аби уникнути повторної травматизації. Психолог проводить психоедукацію з метою нормалізації, пояснення симптомів ПТСР, навчання дорослих і дітей базовим технікам самопомогі під час появи нав'язливих чи страшних спогадів, виникнення тривоги тощо. На цій стадії, як правило, встановлюється терапевтичний альянс з психологом, проводиться робота для сприяння внутрішній стабілізації і розвитку навичок емоційної регуляції, накопичення ресурсу. Тривалість роботи на цьому етапі залежить від ступеню травматизації. Робота може тривати від 1–2 зустрічей до декількох тижнів. На другому етапі відбувається конфронтація з травматичним матеріалом, коли з використанням відповідних технік кожного з підходів відбувається контрольоване згадування та відповідна процесуалізація, інтеграція спогадів та пов'язаних з ними емоцій, переконань. Під час застосування EMDR процесуалізація травми відбувається за допомогою одночасного згадування

та слідування пацієнта поглядом за рухом руки терапевта вправо чи вліво (або за допомогою іншої форми стимуляції). Існує припущення, що такий подвійний фокус уваги на травматичному матеріалі та на стимулах, що по чергово активують ліву/праву півкулю, орієнтує увагу людини на тому, що відбувається тут і тепер. Це дозволяє задіяти механізм прискореної процесуалізації інформації та сприяє інтеграції травматичних спогадів у експліцитну (нарративну) пам'ять. Серед численних технік КПТ можна зазначити такі, як контрольована експозиція (тривале згадування травматичної події), нарративна та когнітивна техніки (написання історії травми та робота із спогадами, переконаннями та думками щодо цієї події), техніка рескрипції (відкоригованого «перезапису» в уяві) травматичної події тощо. Слід зауважити, що у випадку простих форм ПТСР опрацювання травматичного матеріалу може бути досить швидким, а при комплексній травматизації або множинних травматичних подіях – дуже тривалим. Крім того, конфронтація з травмою може чергуватися із фазою стабілізації і накопичення ресурсу. Завдання третього етапу – це робота, що пов'язана з оплакуванням втрат та поверненням до життя у нових його реаліях. На цій стадії під супроводом психолога під час пропрацювання спричинених травмою втрат людина формулює нові життєві цілі, орієнтири та нову ідентичність. Якщо травматизація мала хронічний характер, це вимагає зміни способу життя людини і вироблення нового, більш адаптивного, а також розвитку нових навичок і прийняття важливих життєвих змін. Під час цього супроводу важливою є підготовка людини до завершення роботи з психологом [17].

Основний акцент даного підходу робиться на тому, що більшість психологічних проблем особистості залежить від спрямованості її мислення. Неадекватні когнітивні інтерпретації, які ведуть до сприйняття певних нейтральних ситуацій як небезпечних, призводять до неадекватних поведінкових відповідей. Найпоширенішими когнітивними спотвореннями є такі: катастрофізація, перебільшення, ясновидіння, читання думок, емоційність мислення, помилкові інтерпретації різного роду стимулів (обсесивні думки). Поведінковий компонент пов'язаний з неадекватними діями, які робить людина, щоб знизити тривогу або відчуття загрози. Частіше за все дії, спрямовані на нейтралізацію, ведуть, навпаки, до посилення розладу (наприклад, реакція уникнення, що пов'язана з розвитком тривоги, страху).

Когнітивно-поведінковий підхід дозволяє застосовувати техніки, що базуються на виявленні та подальших трансформаціях внутрішніх і глибинних конфліктів особистості, які виявляються доступними для її усвідомлення. Навчання людини навичкам контролю над власним мисленням, поведінкою і емоціями – це найважливіше завдання, що виділяється у рамках такого підходу [12].

Слід зазначити, що психологічна допомога може ґрунтуватись та успішно реалізовуватись на заса-

дах різних наукових теорій. Проте наявність великої кількості підходів, спрямованих на подолання наслідків травми, не вирішує усіх завдань, які постають перед психологом під час роботи з дорослими і дітьми, що отримали травматичний досвід. Це, зокрема, стосується питання багаторівневої реконструкції травматичного досвіду особистості. Також недостатньо ясною є специфіка психотерапевтичних відносин між психологом і постраждалим при різних видах психічних травм [25].

Сучасні дослідники стверджують, що позитивне функціонування особистості стає можливим у процесі психологічної допомоги за умови конструктивних стосунків «психотерапевт – клієнт», адже травматичний досвід людина отримує поряд з іншими людьми, тому лише у стосунках з іншою людиною вона може реконструювати, пережити власну травму. Саме тому науковий інтерес становить дослідження можливості відновлення особистісного ресурсу людини під час психологічної допомоги з позиції гуманістичної психології, діалогічного спілкування між психологом і травмованою людиною, що ґрунтується на відкритості, взаємодовірі, взаєморозумінні, рівноправності та доброзичливості. Ідея діалогу в психологічному консультуванні пов'язана з уявленнями про те, що для успішного подолання наслідків травми необхідним є безумовне схвалення людини з усіма її проблемами та вадами, формування між психологом і нею гармонійної атмосфери довіри, відкритості та взаємопроникнення. Головними завданнями допомоги є пробудження й активізація внутрішнього потенціалу та самопідтримки особистості з метою досягнення нею вищого рівня усвідомленості і свободи. З огляду на це питання про терапевтичні техніки відходять на другий план, а на першому місці стоять характер і зміст терапевтичних відносин [25]. На думку Т. Ханецької, завдяки діалогічній інтенції психолог здатний сприяти саморозкриттю й пошуку клієнтом істини про самого себе. І навпаки, якщо психолог глухий до цього, своїми реакціями він може мимоволі блокувати й закривати для клієнта вихід до якихось справжніх змістів [24]. У процесі діалогу психолог створює умови, щоб людина могла відкрити резерви власного становлення, руху вперед до саморозуміння і реконструкції травматичного досвіду. Результатом діалогу буде породження нового смислу, який допоможе людині зрозуміти свою проблему чи конфліктну ситуацію, переосмислити власні можливості й способи її розв'язання у кризових умовах.

Серед інших поширених підходів інтерес становить арттерапія як одна з найбільш результативних форм психологічної допомоги в кризових ситуаціях. Хоча цей напрям виник відносно нещодавно, його часто використовують під час терапії різних видів психологічних порушень. Робота в рамках цього підходу побудована на використанні мистецтва як символічної діяльності і базується на стимулюванні творчих процесів. Так, мистецтво дозволяє в символічній формі реконструювати травмуючу

ситуацію та відреагувати почуття, що пов'язані з нею. За визначенням сучасної української дослідниці О. Вознесенської, арттерапія – це зцілення за допомогою творчого самовираження, де зцілення – це досягнення особистістю цілісності. Дослідниця і автор програм реабілітації визначає такі переваги використання арттерапії з метою психосоціального відновлення особистості:

1) арттерапія надає можливість знайти і отримати ресурс, оскільки в роботі задіяна творча складова частина психіки людини, що стимулює пошук можливостей самозцілення, залучення внутрішніх ресурсів особистості;

2) арттерапія надає можливість завдяки механізму проєкції обійти психологічний супротив, роздивитися та дослідити власні несвідомі процеси, приховані ідеї і стани, бажані соціальні ролі та форми поведінки, що є витісненими або мало проявляються у житті. Завдяки символічній мові образотворчого мистецтва цей підхід надає можливість людині виразити свої почуття, дослідити власні моделі комунікації, поведінки, які знаходять своє відображення в створених образах. Все, що створюється клієнтом, є проєкцією частини його внутрішнього світу назовні, тобто втіленням частини «Я» в художньому образі. Цей підхід орієнтований на інсайт людини;

3) мистецтво є засобом невербального спілкування для тих, кому важко описати свої переживання словами. Арттерапевтична методологія передбачає безумовне прийняття людини у будь-яких її проявах. Творча діяльність створює умови для зближення людей, розуміння одне одного через сприймання створених образів, співпереживання;

4) створений в процесі роботи малюнок, танець або мелодія є певним матеріальним полем для метафоричної взаємодії, надає можливість подивитись на ситуацію по-новому та знайти шлях до її вирішення. Також важливим у цьому процесі є усвідомлення власних деструктивних патернів взаємодії. Можливість трансформації їх в цьому полі створює умови для інтеріоризації отриманого досвіду та побудови нових стратегій поведінки. О.Л. Вознесенська зазначає: «Арттерапевтичний підхід базується на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення, відповідає потребі людини в самоактуалізації, в розкритті нових можливостей і ствердження свого індивідуально-неповторного способу буття-в-світі» [3].

На нашу думку, цей підхід може застосовуватись і як самостійний, і як допоміжний або у поєднанні з іншими підходами для досягнення більш ефективного результату.

Неможливо уявити роботу з травмованими дітьми та дорослими без роботи з тілесними процесами, оскільки ми маємо враховувати взаємодію тіла і психіки, яка відіграє важливу роль у процесі зцілення від травми. На думку американського вченого і психотерапевта Пітера А. Левіна, своїм корінням травма сягає нашої фізіології й інстинктів,

тому ключ до її зцілення необхідно шукати не тільки в свідомості, а й у тілі. Поєднавши сучасні методи психотерапії і медицини, він створив власний підхід для роботи з психотравмою, згідно з яким травма утворюється внаслідок незавершеної інстинктивної реакції організму на травматичну подію. Ідеться про реакцію втечі, боротьби або заціпеніння. Розуміння механізмів травми дає змогу пояснити природу таких травматичних симптомів, як безпорадність, тривога, депресія, психосоматичні скарги, що виникають в результаті накопичення надмірної енергії, яка була мобілізована під час травматичної події, але не була вивільнена. Симптоми травми зумовлені утримуваною залишковою травматичною енергією. На думку автора, щоб звільнитися від травми, необхідно завершити травматичну реакцію, вивільнити (розрядити) енергію, що залишилася, і відновити порушені процеси. У процесі роботи більшу увагу він приділяє не почуттям, думкам, спогадам, образам чи поведінці, як це прийнято в інших підходах, а тілесним відчуттям. У цьому розумінні він спирається на фундаментальну ідею цілісності і використовує взаємозв'язок між свідомістю і тілом, психікою та духовністю, емоціями та інстинктами в процесі зцілення травми. Тобто звільнення від психотравми вимагає пробудження природної здібності людського організму відновлюватись після травми та повертатись до нормального стану динамічної рівноваги [10, с. 7–11].

Вивчення досвіду роботи з надання психологічної допомоги налічує більше 230 видів психосоціального впливу. Різниця між терапевтичними підходами полягає у способах визначення проблеми, стратегіях та техніках втручання, але їх загальною метою є зміни в думках та почуттях дорослих та дітей, що сприяють їх кращій адаптації.

Огляд психологічних підходів не обмежується зазначеними, а їх розподіл на основні чи допоміжні є умовним і залежить від багатьох умов, що складаються в процесі роботи. Попри широкий діапазон психологічних підходів та методів роботи з дитячою травмою, вони не завжди виявляють себе настільки ефективними, аби досягти результату у короткі проміжки часу, тому, на нашу думку, слід застосовувати комплексний психолого-педагогічний підхід, який включає роботу психолога не тільки з дитиною, але і з її батьками, родичами та соціальним оточенням.

У роботі з дітьми важливим є пропрацювання негативних емоційних, поведінкових та когнітивних наслідків психотравми. Однак для кращої динаміки необхідно також сприяти налагодженню емоційного контакту з батьками та відновленню надійної прив'язаності. Також важливим є пропрацювання травмуючого складника (якщо він виявлений) у стосунках із значущим дорослим, оскільки порушені стосунки викликають напруженість дитини і можуть бути причиною прояву травматичних симптомів, а їх налагодження сприяє більш швидкому та успішному подоланню негативних проявів і розвитку стійкості до стресових обставин [21; 7].

Не менш важливою є робота з батьками, адже відчуття безпеки, надійності, підтримки, гармонійні сімейні стосунки та прив'язаність дитини здатні забезпечити ті батьки, які самі перебувають в стані емоційної рівноваги. Слід зауважити, що діти наслідують спосіб реагування батьків на стресові події, тому несприятливий спосіб реагування дорослих на ці події погіршує стресові реакції дітей, ускладнює їх перебіг, а також негативно впливає на засвоєння досвіду виходу із стресових ситуацій [20].

У роботі з соціальним оточенням та середовищем, в якому перебувають діти, головним завданням є створення умов безпечності, стабільності, передбачуваності, поваги та толерантності. Створення умов безпечності середовища досягається шляхом співпраці психолога з батьками, педагогами, встановленням контакту і довіри з дітьми і сім'ями, ознайомленням з метою, формою і змістом роботи. Важливою є також допомога у налагодженні соціальних зв'язків, інтеграції в мікросередовище (група, клас, громада). Стабільність та передбачуваність забезпечуються шляхом створення однорідних та постійних умов життя та навчання, чіткого розпорядку дня із звичними для дітей видами діяльності. Проведення консультацій та занять з дітьми бажано теж здійснювати в певні дні та час, які заздалегідь повідомляються батькам і дітям. Важливо підтримувати стабільний склад дітей, якщо це групові заняття, інформувати дітей про значення взаємодії з психологом у подоланні стресових ситуацій, про форми роботи, тривалість та періодичність зустрічей. Слід уникати різких змін умов життєдіяльності. Важливо, щоб діти взаємодіяли з тими самими фахівцями протягом усього процесу роботи з ними [9].

Атмосфера поваги та толерантності забезпечується шляхом визнання та прийняття негативних почуттів та труднощів поведінки дитини, приділення уваги та інтересу до дитини і її світу, а також шляхом побудови довірливих взаємин, що ґрунтуються на підтримці особистих кордонів дитини, можливості вільних висловлювань, вірі в сили та можливості дитини, наданні свободи вибору та підтримки. Важливе значення має згуртованість у родині та шкільному колективі, адже травмовані діти часто відчують самотність та відчуження. Це негативно впливає на їх стан, викликає почуття безсилля та безпорадності. Проте почуття належності, близькості, емоційного контакту з навколишніми, підтримки, відкритості покращують стан дитини [18; 22].

Дослідження найбільш популярних психологічних підходів у роботі з психотравмою дає можливість узагальнити, задіяти та поєднати найкращі здобутки вчених задля підвищення ефективності і результативності під час надання психосоціальної підтримки та допомоги.

Психологічна робота з постраждалими потребує комплексної діяльності різних фахівців, що включає в себе різні техніки і технології роботи з людьми, що опинились у складних життєвих обставинах, які важко піддаються контролю та розумінню. Пошук

форм реабілітації може відбуватись у різних сферах життя людини, а також у різних сферах свідомості та діяльності. У кожному окремому випадку потрібно правильно вибрати цю сферу, визначити життєві цінності, які сприятимуть визначенню шляхів адекватної та ефективної допомоги постражданим дітям та сім'ям.

Перспективним є вивчення досвіду створення та реалізації ефективних програм реабілітації в сучасній світовій психологічній практиці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абалмасова К.О. Соціальна відчуженість осіб, які пережили травмуючу подію / К.О. Абалмасова, Я.А. Демченко, О.О. Сергієнко. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2015. Вип. 17. С. 3–10.
2. Бондарук Ю.С. Особливості групової психологічної роботи з дітьми, які отримали травматичний досвід. *Психологічні перспективи*. 2020. № 36. С. 49–66. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2020-36-49-66>.
3. Вознесенська О.Л. Арттерапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць Київського національного університету ім. Т. Шевченка. 2015. № 3 (29). С. 40–47.
4. Герні Б. Філіальна терапія: лікування соціальних, емоційних та поведінкових проблем у дітей. URL: <https://uk.lifehackk.com/filial-therapy-treating-social> (дата звернення: 21.10.2021).
5. Захаров А.И. Игра как способ преодоления неврозов у детей. Санкт-Петербург : КАРО, 2006. 416 с.
6. Іваненко Б.Б. Психологічна травма як чинник самодеструктивної поведінки особистості. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Педагогіка, психологія, філософія»*. 2016. Вип. 239. С. 95.
7. Калмыкова Е.С., Падун М.А. Ранняя привязанность и ее влияние на устойчивость к психической травме. *Психологический журнал*. 2002. № 23 (5). С. 88–105.
8. Кім О.В. Соціально-психологічна характеристика травмуючих подій у школярів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. Вип. 4. Том 1. С. 157–164.
9. Консультавання в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / заг. ред. В.Г. Панок, І.І. Ткачук. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/718798/1/Konsultuvannya_2019.pdf.
10. Левин П.А. Пробуждение тигра – исцеление травмы. *Природная способность трансформировать экстремальные переживания* / Питер А. Левин, Энн Фредерик ; науч. ред. : Е.С. Мазур. Москва : АСТ, 2007. 316 с.
11. Лозінська Н.С. Психотравма як наслідок травматичного стресу в різних напрямках сучасної психології. *Вісник Національного університету оборони України*. 2018. № 2 (50). С. 65–73.

12. Мироненко Г.В. Проживання нового нарративу як спосіб психологічної реабілітації у посттравматичній ситуації. *Київський науково-педагогічний вісник*. 2015. № 6. С. 71–76.
13. Мустакас К. Игровая терапия. Санкт-Петербург : Изд. «Речь», 2001. 288 с.
14. Новые направления в игровой терапии: проблемы, процесс и особые популяции / под ред. Г.Л. Лэндрета ; пер. с англ. Москва : Когито-Центр, 2007. 479 с.
15. Науково-методичні засади надання психосоціальної допомоги дітям, котрі опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / В.Г. Панок, І.І. Ткачук, В.Д. Острова, Н.В. Лунченко, Ю.С. Бондарук. *Педагогіка і психологія*. 2019. Т. 2 (103). С. 64–71.
16. Пиотровская Е.А. Игровая терапия, центрированная на ребенке. URL: https://ridero.ru/books/igrovaya_terapiya_centrirovannaya_na_rebyonke/freeText (дата звернення: 21.10.2021).
17. Романчук О.І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf (дата звернення: 1.11.2021).
18. Сьомкіна І.С. Соціально-педагогічна робота з сім'ями вимушених переселенців: стан та перспективи. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2015. № 11. С. 102–105.
19. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса: теория и практика. Москва : Институт психологии РАН, 2009. 296 с.
20. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос та ін. ; за ред. З.Г. Кісарчук. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.
21. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький, Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
22. Томчук С.М. Особливості профілактики та корекції посттравматичних стресових станів в учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Наука і освіта*. 2014. № 11. С. 161–165.
23. Фишер Г. Новые пути выхода из травмы. Первая помощь при тяжелых душевных потрясениях. URL: <https://mipopp.com/30-stati/stat-i/1249-novie-puti-vyhoda> (дата звернення: 1.10.2021).
24. Ханецька Т. Діалогічна спрямованість професійного спілкування психолога. *Вісник інституту розвитку дитини. Серія «Філософія. Педагогіка. Психологія»* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2010. Вип. 11. С. 170–175.
25. Ярослав Л.О. Діалогічні практики в роботі з травмою. *Психологічна допомога особистості в складних обставинах життєдіяльності* : збірник тез доповідей Всеукраїнського науково-практичного семінару, м. Чернівці, 18 травня 2018 р. Чернівці, 2018. С. 151–153.

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ АВТОБІОГРАФІЧНОЇ ПАМ'ЯТІ

STRUCTURAL AND FUNCTIONAL FEATURES OF AUTOBIOGRAPHIC MEMORY

Стаття присвячена розгляду проблеми автобіографічної пам'яті (АП), яка розглядається як специфічна підсистема мнемічної діяльності. У науково-практичному плані вивчення закономірностей АП є суттєвим завданням сучасної психологічної науки. АП є феноменом, який є у кожній людини, та досить важливою структурою для підтримки цілісного функціонування особистості. Цей різновид пам'яті може доволі сильно відрізнятися у людей залежно від низки факторів, зокрема індивідуального життєвого досвіду. Аналіз механізмів і закономірностей АП є неможливим без звернення до фундаментальних проблем особистості в цілому та потребує розгляду цього виду пам'яті в контексті цілісного життя. Усе зазначене дає змогу відкрити нове бачення у вивченні особистості, включивши до проблемного поля та уваги дослідників не тільки конкретний зміст індивідуальної АП, пов'язаний з дитячими або травматичними спогадами, але і більш загальні характеристики її підсистем, які виступають базисом особистості. АП, за словами зарубіжних дослідників, визначається як власне уявлення про особливі або загальні події та факти пройденого життєвого шляху. Самі відтворення автобіографічних даних можуть бути частковими або доволі точними, інколи й взагалі перекрученими. АП досить часто буває фрагментарною, але вона не має нічого спільного з фотографією, відео та іншими точними і фіксує зображеннями. Зокрема, розбіжності між спогадами та характеристиками зафіксованої події можуть включати в себе спотворення як непростий, тимчасового аспекту спогадів (оцінку локалізації події на континуумі часу та тривалості протікання події), так і змісту самої події. Психологічні підходи в галузі дослідження АП є теоретично та феноменологічно значущими, оскільки феномен АП дозволяє виявити структурні та функціональні закономірності, які є непритаманними іншим видам пам'яті. Це дає можливість отримати для психологічної науки нові фундаментальні знання, які безпосередньо стосуються АП і надають змогу відповісти на питання про закономірність тих законів роботи пам'яті, які досі вважаються загальними для всіх

мнемічних процесів особистості та які пов'язані з загальними подіями життя.

Ключові слова: особистість, автобіографічна пам'ять, життєвий досвід, психодіагностика, спогади.

The article is devoted to the issue of autobiographical memory (AP) of a person as a specific mnemonic subsystem. Both experimentally and theoretically, the study of the laws of AP is an important task of modern psychology. AP is present in every person, and is a very important structure in maintaining the integrity of the individual. This type of memory can vary greatly in humans, depending on individual life experiences. Analysis of the mechanisms and patterns of AP is impossible without addressing the fundamental aspects of personality issues and requires consideration of this type of "personal memory" in the existential context of whole life. This allows you to open new topics in the study of personality, including in the field of view of researchers not only the specific content of individual AP (children, traumatic, displaced or transformed by psychological protection), but also the general characteristics of the subsystem AP, which serves as the basis of personality. According to foreign researchers, AP is defined as one's own idea of general or special events and facts of the past part of one's life. Reproduction of autobiographical data can be almost accurate, partial or even distorted. AP is often fragmentary and, of course, has nothing to do with photography, video and other accurate images. Differences between the actual characteristics of a recorded event and memories of it may include distortions of both the temporal aspect of memories (estimating the duration of the event and the location of the event on the time axis) and the content of the event itself. Research AP is highly significant theoretically, because this new object of research allows to identify structural and functional patterns not inherent in other types of memory, and thus provides an opportunity to obtain new for psychological science fundamental knowledge that is directly related to the work of AP and contribute to answers to questions about the universality of those laws of memory, which until now were considered common to all mnemonic processes of personality associated with life events.

Key words: personality, autobiographical memory, life experience, psychodiagnostics, memories.

УДК 616.896-053.6-085.851
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.9>

Бурлачук Л.Ф.

д.психол.н.,
професор кафедри клінічної психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Лисенко І.П.

д.психол.н.,
завідувач кафедри клінічної психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Діденко С.В.

к.мед.н.,
доцент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
факультету психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Науковий інтерес дослідників психологічної науки до особливостей феномену автобіографічної пам'яті (далі – АП) як специфічної мнемічної підсистеми зараз стрімко зростає. Як в теоретико-методологічному, так і в практичному плані вивчення закономірностей АП як суттєвої структури в підтримці функціонування цілісної особистості є одним з важливих завдань сучасної психології. Такий вид пам'яті відрізняється у людей залежно від особистого життєвого досвіду.

Останні три десятиліття відзначені вибухом інтересу до цієї проблеми, зокрема у західній психології (D.C. Rubin, 1986; M.A. Conway, 1987, 1990; M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinner, W.A. Wagenaar, 1992; K. Nelson, 1991, 1993; B.M. Ross, 1991; H. Spinner, W.A. Wagenaar, 1988, 1993; J.J.F. Schroots, 1995; C.P. Thompson, J.J. Skowronski, 1996; W.A. Wagenaar, 1986, 1990 тощо).

У вітчизняній психології вчені зверталися до сфери вивчення автобіографічного

досвіду особистості, вивчаючи образ минулого в контексті життєвого шляху (К.А. Абульханова-Славська, 1991; Ф.Ю. Василюк, 1991; Є.І. Головаха, А.А. Кронік, 1984; В.І. Ковальов, 1979; Л.М. Коган, 1988; Л.Ф. Бурлачук, О.Ю. Коржова, 1998; А.Б. Фенько, 1994; Н.А. Логінова, 1991; Б.Г. Ананьев, В.В. Нуркова, 2006).

За останні роки були накопичені великі знання про функції, структуру і закономірності автобіографічної пам'яті, проте результати диференціально-психологічного вивчення цієї сфери суперечливі і неоднозначні. З огляду на це однією з актуальних задач вивчення автобіографічної пам'яті є дослідження індивідуально-психологічних особливостей особистості в роботі зазначеної цілісної системи.

Мета роботи – дослідити наявні теорії пам'яті для розуміння як елементарних мнемічних функцій, так і закономірностей та особливостей відображення особистістю хроніки свого життя.

Завдяки проведеному аналізу наявних підходів щодо вивчення особливостей та характеристик АП ми можемо стверджувати, що її місце переважно розглядається в підсистемі довготривалої декларативної пам'яті поряд з епізодичною та семантичною пам'яттю. У проаналізованій літературі даються характеристики її унікальної феноменології. Вчені наголошують на функціональному репертуарі, встановлюють основні закономірності її функціонування [26; 11; 23].

Водночас щодо досліджень індивідуальних особливостей структури і функціонування даної системи робляться тільки перші кроки. Так, ще й досі залишається відкритим питання про обсяг АП, її межі та варіативність. Аналіз диференціальних та психологічних відмінностей АП в зарубіжних дослідженнях здебільшого реалізується у формі монопараметричних досліджень (Rubin, 1997; Schiauf, 2000; Ross, Holmberg, 1990; Niedzwinska, 2004, Davis; 1999).

Відносно новою тенденцією при вивченні даної проблеми є аналіз індивідуальних функцій АП (Niesser, 1978; Bluck, 2003; Pillemer, 2003; Baddeley, 1987; Webster, 2003), а перспективним розвитком цього напрямку стає необхідний перехід до комплексного дослідження таких особливостей вже з урахуванням вкладу типологічних властивостей нервової системи.

Психологічний аналіз закономірностей функціонування та особливостей АП неможливий без вивчення фундаментальних аспектів проблеми цілісності особистості та потребує розгляду в екзистенційному контексті цілісного життя. Усе зазначене дає змогу відкрити нове бачення у вивченні особистості, включивши до проблемного поля та уваги дослід-

ників не тільки конкретний зміст індивідуальної АП, пов'язаний з дитячими або травматичними спогадами, а також її загальні характеристики, які є базою особистості.

Психологічні підходи в галузі дослідження АП є теоретично та феноменологічно значущими, оскільки феномен АП дозволяє виявити структурні та функціональні закономірності, які є неприбутими іншим видам пам'яті. Отже, є можливість отримати для психологічної науки нові й фундаментальні знання, які безпосередньо відносяться до роботи АП і наближують дослідників до відповідей на питання про закономірність тих законів роботи пам'яті, які до теперішнього часу вважалися загальними для всіх мнемічних процесів особистості, які пов'язані з загальними подіями життя.

Дослідники підходили до вивчення особливостей АП з різних методологічних позицій. Так, В.В. Нуркова визначала її як досить суб'єктивне відображення людиною проживаного відрізка особистісного життєвого шляху, що включає в себе фіксацію, збереження, інтерпретацію та актуалізацію автобіографічних значущих подій і різноманітних станів, які утворюють самоідентичність особистості [1].

Завдяки функціонуванню АП особистість може переходити до нового, витісняючи, згладжуючи, гармонізуючи різні зовнішні впливи, тим самим забезпечуючи співіснування старого та нового досвіду. Отже, зрозуміло, чому саме АП займає таке важливе місце у структурі особистості та робить можливим вивчення співвідношення минулого та майбутнього, персонального досвіду та знань, отриманих протягом життя [2–4].

Більшість зарубіжних дослідників визначає АП як особливе власне уявлення людини про загальні або особливі події та факти пройденого життєвого шляху [5–7].

Вперше у 60-х роках ХХ століття Е. Тулвінг довів, що, якщо досліджуваного попросити пригадати слова, які тим чи іншим чином будуть пов'язані з минулими подіями, він буде відчувати певні труднощі, яких не буде, якщо він буде автоматично згадувати слова на запропоновану тему. Тоді він запропонував ідею, що можна виділити дві такі системи довготривалої пам'яті: семантичну – наші пізнання щодо навколишнього світу; епізодичну – факти, які були пережиті особисто. Учений запропонував принцип специфічності кодування, який передбачав дзеркальність процесів кодування та вилучення інформації, визначав пасивність суб'єкта і визнавав зумовленість мнемічних ефектів виключно ситуативними причинами [8].

Дж. Робінсон і К. Свансон (1990) висловили припущення про те, що АП як специфічний проміжний вид пам'яті між епізодичною системою пам'яті (далі – ЕСП) і семантичною системою пам'яті (далі – ССП) вбирає в себе

властивості обох систем, та виділили два таких рівні функціонування: головний – семантичний, що містить самоописи суб'єкта, які належать до різних періодів часу та мають організацію у вигляді схем; додатковий – епізодичний, який зберігає події життя, які побудовані за принципами функціонування ЕСП [9].

Самі відтворення автобіографічних даних можуть бути частковими або доволі точними, а інколи і взагалі перекрученими. АП досить часто буває фрагментарною, але вона не має нічого спільного з фотографією, відео та іншими точними й фіксуючими зображеннями. Зокрема, розбіжності між спогадами та характеристиками зафіксованої події можуть включати в себе спотворення як непостійного, тимчасового аспекту спогадів (оцінку локалізації події на континуумі часу та тривалості протікання події), так і змісту самої події.

До специфічних спогадів належить один з феноменів АП – фотографічні спогади (*flashbulb memory*). Це тривала, яскрава пам'ять про те, як особистість дізналась про зворушливу подію свого життя. Людині такі спогади здаються доволі точними, тому що вони дуже яскраві. Проте їх яскравість не означає точність. Для дослідження цих припущень була проведена низка досліджень. Зокрема, під час аналізу автобіографічної інформації була виявлена низка ефектів АП. Своєрідний ефект краю пояснюється так: коли людину просять згадати події, що відносяться до будь-якого періоду, то вона відтворює максимальну кількість подій з початку і кінця заданого періоду). Телескопічний ефект видаляє або наближає події на суб'єктивній осі часу залежно від їх особистісної значущості. Коли людина пригадує, їй здається, що важливі для неї події відбулися зовсім недавно, а неважливі – давно. Але найбільш значущим в тимчасовій організації АП є ефект піку спогадів (*reminiscence bump effect*), коли люди згадують непропорційно велику кількість автобіографічних подій, що належать до періоду 16–28 років [9–11].

До викривлень змісту автобіографічних спогадів також можна віднести включення в пам'ять епізодів, які не мають референта в реальному минулому суб'єкта. З досліджень випливає, що основним механізмом, який визначає можливість «імплантації» неавтобіографічної за своїм характером інформації в підструктуру АП, є механізм помилкової атрибуції джерела спогадів (*Source Monitoring Failure, SFM*). Саме у разі його актуалізації відбувається обережне відтворення людиною фрагментів раніше відображеної інформації, але їй важко встановити обставини її отримання. У такому разі особливого значення набуває рефлексія з приводу джерела. В іншому

випадку з'являється ілюзія знайомого матеріалу, що помилково розпізнається як особисті спогади про пережитий досвід [12–14].

Цікавим підтвердженням цих фактів стала систематична робота з розповідями пацієнтів про окремі епізоди життя, яка вперше стала здійснюватися в руслі психоаналізу. Було виявлено, що найбільш значущі події визнаються присутніми в спогадах суб'єкта, якщо вони усвідомлюються в трансформованому цензурою і механізмами захисту вигляді. У такому разі психоаналітику необхідно побудувати роботу для відновлення автобіографічних спогадів, адекватних реальним подіям, тобто в процесі психоаналізу потрібно намагатися сформулювати на рівні свідомості пацієнта об'єктивну АП.

Робота зі змістовною стороною АП дозволяє вченим виявляти закономірності фіксації індивідуальних подій життя і ставити таке загальне питання: «Якого роду події фіксуються в АП?». Зокрема, Р. Martin і М.А. Smayer [15], порівнявши відкладення біографічних подій у пам'яті представників різних поколінь, не виявили відмінностей щодо мікроподій особистого життя досліджуваних. Події ранньої юності розглядалися досліджуваними як найважливіші («пік» автобіографічних спогадів). Водночас спогади більш старшої вікової групи виявилися більш насиченими суспільно значущими подіями. Аналіз отриманих даних з досліджуваними 60–75 років [16; 17] виявив другий «пік» насиченості важливими подіями. З них тільки 20–30% актуалізуються як автобіографічні спогади і складають соціально важливі факти біографії, а саме: народження, смерть, весілля тощо. D. Pillemer з колегами [18] дійшов висновку про найбільш інтенсивне відображення початкових періодів, тобто тих етапів, які пов'язані зі значимими змінами життя і викликами.

К. Strogman та S. Kemp [19] встановили, що більшість автобіографічних спогадів можна віднести до змін у житті, які зумовлені початком або закінченням суб'єктивно значущих соціальних зв'язків. Автори виявили невідповідності між усвідомлюваною і неусвідомлюваною значимістю конкретного біографічного факту. У світлі факту неповторності автобіографічного досвіду нового звучання набуває проблема істинності змістів АП. Так, В. Ross вважає, що «завдання дослідника полягає не в розрізненні правдивої і неправдивої версій (виняток становить ситуація судової експертизи), а у виявленні шляху, на якому перетворюється значення дійсного біографічного факту, і в безумовному визнанні цінності автобіографічного оповідання як способу створення суб'єктом відчуття реальності пережитого події» [14].

В цілому специфічні функції АП можна розділити на дві такі групи: інтерособисті і інтраособисті [20–22].

J.A. Robinson зазначає: «Бути особистістю – це значить мати самоідентичність і свою історію. АП – це інструмент конструювання і підтримки цих структур. Автобіографічні спогади (АС) також пов'язують нас з іншими: вони є ресурсом для встановлення міжособистісних відносин» [23].

Поряд з проблемою специфічних властивостей АП в літературі розглядаються питання про ситуативні і соціальні фактори, що визначають актуальний зміст АП та її структуру.

Однією з важливих особливостей автобіографічної пам'яті (АП), що вказує на її зв'язок з ядром особистості, є залежність АС від актуального емоційного і мотиваційного стану суб'єкта в момент спогадів. Висока упередженість змістів АП провокує виникнення помилок під час відображення вкрай автобіографічний і цінних відомостей, щодо яких слід було б припускати максимальну точність. За словами В. Ross, подібне припущення є правильним логічно, а не психологічно [14].

Ідея про конструювання та трансформацію АП у зв'язку з актуальним емоційним і дієвим фоном особистості розвивається також в роботі S.A. Christiansen [24] і дослідженні A. Richards і T.M. Whittaker [25]. Автори підтвердили методом контент-аналізу, що у досліджуваних зі спеціально викликаною штучною тривожністю і депресивним настроєм в автобіографічних оповіданнях стало більше слів, пов'язаних з нещастями. M.A. Conway [26] дослідив тенденцію приводити свої автобіографічні спогади про очікування результату будь-якої діяльності в пряму відповідність з реально отриманим результатом.

Експериментально доведено, що наявний стан людини впливає на характер її АС. Однак механізми цього впливу і глибина трансформації АС у різних авторів описуються по-різному. A. Bruhn [27] на підставі спостережень, зроблених під час психотерапевтичних сесій, описує такі механізми спотворення вихідного змісту, як когнітивні інтерпретації (на підставі одного і того ж набору фактів будуються неправдиві, конфліктні концепції події, а за рахунок відмінності встановлюються інші причинно-наслідкові зв'язки. Інші вчені стверджують, що для АП дієвим виявляється стереотип, наявний на момент фіксації події. Цікавими є припущення щодо ролі модифікації у розповідях, які розгортаються за лінгвістичними законами та відображають закономірності динаміки в АП первісного образу події. У разі зміни коду епізодичної системи пам'яті на семантичний або автобіографічний код формується жорсткий каркас ситуації, який практично неможливо змінити. Якщо вперше «розподіл ролей» відбувся невірно, спогад буде існувати в спотвореному вигляді [24; 25; 27]. Очевидно, вербальна форма пре-

зентації є не єдиною схемою відображення змісту події. Якщо розповідь заснована на реальному факті автобіографічного досвіду, цей додатковий зміст може бути вилучений шляхом застосування спеціальних процедур. Після опублікування робіт З. Фрейда та його послідовників стало традиційним твердження, що травматичні переживання не допускаються внутрішніми інстанціями «Я» на свідомий рівень. Сучасні дослідники [28] описують випадки, коли пацієнти не можуть витягти з АП найдраматичніші моменти своєї хвороби, причому саме ті, які, здавалося б, не пам'ятати неможливо (хірургічне втручання, післяопераційний біль, медичні дослідження тощо). Люди не хочуть бути залученими в травматичну ситуацію, намагаються не повторювати її навіть у спогадах, уявляючи, що «це відбувалося не зі мною».

У низці ситуацій (експеримент, допит у суді, самоаналіз свого минулого) автобіографічний спогад характеризується тим, що мимоволі відображена подія має бути відтворена довільно. Центральною стає проблема забезпечення ефективного доступу до інформації, що зберігається в АП. У питаннях або інструкції можуть міститися «ключі», що запускають процес автобіографічної ремінісценції. Такими «ключами» є асоціації, яскраві або значимі деталі, ідентичні емоційні стани. Однак залежність актуалізації АС від ситуативних чинників, пов'язаних з наявним станом суб'єкта, демонструє неоднозначність взаємозв'язку стійкості загальної структури АП та динамічності змістів АП на рівні свідомості суб'єкта.

Таким чином, у статті надано аналіз феномену АП. Автобіографічна пам'ять – це одна з підсистем довготривалої пам'яті (поряд з епізодичною та семантичною). У статті описано її унікальну феноменологію та функціональний репертуар, встановлено основні закономірності її функціонування.

Зазначено про важливість більш докладного вивчення індивідуально-психологічних особливостей АП, їх впливу на структуру цілісної особистості, на особливості її формування і функціонування. Вивчення саме цих аспектів АП є актуальним і набуває психосоціального значення, тому в даній роботі зроблено спробу висвітлити особливості АП у представників різних груп для виявлення індивідуально-типологічних особливостей АП.

Проблема вивчення АП умовно знаходиться на стику двох галузей психології – особистості і пам'яті, що дозволяє знайти нові підходи до її вивчення. АП є базою самосвідомості особистості, «Я – концепції», а її закономірності пов'язані не тільки з мотиваційно-смысловими й емоційними процесами, але і з когнітивними.

Таким чином, визначено, що АП – це суб'єктивне відображення пройденого людиною

відрізка життєвого шляху, що включає в себе фіксацію, збереження, інтерпретацію та актуалізацію автобіографічних значущих подій і станів, якими визначається самоідентичність особистості. Проведений аналіз наявних підходів щодо вивчення АП дозволяє визнати її самостійним предметом дослідження зі специфічними і властивими тільки такому виду пам'яті функціями та закономірностями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Нуркова В.В. Автобіографіческая память как проблема психологического исследования. *Психологический журнал*. Том 17. № 2. 1996. С. 16–29
2. Лактионов А.Н. Координаты индивидуального опыта. *Бизнес-информ*. Харьков, 1998. С. 45–60.
3. Нуркова В.В., Бернштейн Д.М. Корреспондентный подход в изучении памяти и проблема истинности воспоминаний. *Труды кафедры общей психологии Московского государственного университета*. Москва : Смысл, 2006. С. 125–143.
4. Нуркова В.В. Свершенное продолжается: психология автобіографіческой памяти личности. Москва : Изд-во УРАО, 2000. С. 50–45.
5. Conway M.A. Theoretical perspectives on autobiographical memory / M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler, W.A. Wagenaar. Dordrecht : Kluwer Academic Press, 1992. P. 22–33.
6. Robinson J.A. *Autobiographical Memory. Aspects of Memory*. 1992, P. 15.
7. Richards A., Whittaker T.M. Effects of Anxiety and Mood Manipulation in Autobiographical Memory. *British Journal of Clinical Psychology*. 1990. Vol. 29 (2).
8. Tulving E. Original Autoothesis in Episodic Memory. In *The nature of Remembering : Essay in honor of Robert G. Crowder, H.L. Roediger : J.S. Nairne, J. Neath, and A.M. Surprenant (eds.)*. Washington, 2001. P. 80–110
9. Nurkova V., Bernstein D.M., Loftus E.F. Biography becomes autobiography: Distorting the subjective past. *The American Journal of Psychology*. Spring 2004. Vol. 117. № 1. P. 65–68.
10. Brown R., Kulik J. Flashbulb memories. *Cognition*. 1997. No 5. P. 28.
11. Rubin D.S., Wetzler S.E., Nebes R.D. Autobiographical memory across the adult lifespan. *Autobiographical memory / Ed. By D.S. Rubin*. Cambridge : Cambridge University Press, 1986. P. 57–89.
12. Johnson M.K., Hashtroudi S., Lindsay D.S., Source Monitoring. *Psychological Bulletin*, 1993. Vol. 114. p. 3–28.
13. Бергсон А. Материя и память. Санкт-Петербург, 1914. 128 с.
14. Ross B.M. Remembering the Personal Past. Descriptions of Autobiographical Memory. *Oxford University Press*. New York, 1991.
15. Martin P., Smyer M.A. The Experience of Micro- and macro events: a Life Span Analysis. *Research on Aging*. 1990 (Sep), Vol. 12 (3).
16. Fitzgerald J.M. Vivid Memories and the Reminiscence Phenomenon: the Role of a Self Narrative. *Human Development*. 1988. 31. 3. 28–35.
17. Fromhold F., Larsen S.F. Autobiographical Memory in Normal Aging and Primary Degenerative Dementia (Dementia Of Alzheimer Type). *Journal of Gerontology*. 1991. № 3. P. 46.
18. Very long-term memories of the first year in college. D.B. Pillemer, L.R. Godsmith, A.T. Panter, S.H. White. *Journal of Experimental Psychology. "Learning, Memory and Cognition"*. 1988. № 14.
19. Strogman K.T., Kemp S. Autobiographical Memory for Emotion. *Bulletin of the Psychonomic Society*. 1991 (May). Vol. 29.
20. Robinson J.A. *Autobiographical Memory. Aspects of Memory*. 1992.
21. Robinson J.A. First experience memories: Contexts and functions in personal histories. In *M.A. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler, & W.A. Wagenaar (Eds.), Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht : Kluwer Academic Press. 1992. P. 223–239.
22. Robinson J.A, Swanson K.L. Autobiographical memory: The next phase. Special issue: applying cognitive psychology in the 1990-s. *Applied Cognitive Psychology*. 1990. Jul – Aug.
23. Fivush R., Hudson J.A., Nelson K. Children's long-term memory for an event: An exploratory study. *Merrill-Palmer-Quarterly*. 1984. Vol. 30 (30). Jul.
24. Christianson S.A. Flashbulb Memories: Special, but No So Special. *Memory & Cognition*. 1989 (Jul), Vol. 17 (4).
25. Richards A., Whittaker T.M. Effects of Anxiety and Mood Manipulation in Autobiographical Memory. *British Journal of Clinical Psychology*. 1990. Vol. 29 (2).
26. Conway M.A. On bias in Autobiographical Recall: Retrospective Adjustments Following is confirmed Expectations. *Journal of Social Psychology*. 1990 (Apr).
27. Bruhn A. Frequently Asked Questions about Autobiographical Memory. URL: <http://www.abruhn.com>.
28. Autobiographical Memory: Remembering What and Remembering When / C.P. Thompson, J.J. Skowronski, S.F. Larsen, A.L. Betz. *Lawrence Erlbaum Associates, Inc.* Publishers ; Mahwah ; New Jersey, 1996.

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВИХ СТАНІВ У БАТЬКІВ ОНКОХВОРИХ ДІТЕЙ

INDIVIDUAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF CRISIS STATES IN PARENTS OF PEDIATRIC ONCOLOGY PATIENTS

У статті наводяться результати емпіричного дослідження індивідуально-психологічних особливостей переживання кризових станів у батьків, чії діти страждають на онкологію. Загалом батьки досить часто стикаються з гострими переживаннями кризових ситуацій, коли йдеться про онкологічну патологію. Для них характерні такі симптоми: інтенсивні афективні реакції на стресову ситуацію, підвищена тривожність, депресивний настрій та дезадаптивна поведінка (відмова від лікування дітей, конфлікти з медичним персоналом, порушення міжособистісних стосунків у родині, втрата сенсу життя). Автори аналізують наукові підходи до визначення поняття «кризові стани». Це поняття характеризується різнобічним епістемологічним та етимологічним трактуванням. Індивідуально-психологічні особливості досліджувалися на основі трикомпонентної моделі переживання кризи батьками онкохворих, що включає поведінковий, когнітивний, емоційний компоненти. У ході діагностики були визначені такі фактори: тяжкість смислотвірної кризи, переважаючі ціннісні орієнтири та інтенсивність переживання безнадійності, що властиві батькам, діти яких мають онкологічну патологію. Також встановлено, що досліджувані властиві дезадаптивні копінг-стратегії, які більшою мірою спрямовані на уникнення проблеми, ніж на її раціональне вирішення. Копінг-поведінка та механізми психологічного захисту є важливими формами адаптаційних процесів і реагування індивідів на стресові ситуації. Такі стратегії виникають у відповідь на травмуючі переживання, допомагають впоратися з дистресом та подолати кризові переживання. Акцентується увага на необхідності розробки спеціалізованої програми психологічного супроводу та підтримки таких батьків. Часто у батьків, чії діти мають невиліковні захворювання, проявляються психосоматичні розлади, невротичні симптоми та ознаки реактивних психозів. З огляду на це, на нашу думку, одним з найбільш актуальних прикладних напрямів клінічної психології наразі є психокорекція деструктивних наслідків переживання кризових станів батьками онкохворих дітей.

Ключові слова: кризові стани, смислотвірність кризи, смислотвірні орієнтації,

почуття безнадійності, копінг-стратегії, онкохворі діти, психокорекція кризових станів.

The article presents the results of an empirical research of individual psychological features of experiencing crisis in parents of pediatric oncology patients. In general, parents are often faced with acute experiences of crisis situations when it talks to cancer. They are characterized by the emergence of intense affective reactions to stressful situations, increased anxiety, depressed mood and maladaptive behavior (refusal to treat children, conflicts with medical staff, and disruption of interpersonal relationships in the family, loss of meaning in life). The authors analyze scientific approaches and definitions of the concept of "crisis states", which have different epistemological and etymological interpretations. Individual psychological features were studied on the basis of three component models of experiencing a crisis by parents of pediatric oncology patients: behavioral, cognitive and emotional components. During the diagnosis, were determined the severity of the meaningful life crisis, the prevailing values and the intensity of the experience of hopelessness, which are typical of parents of pediatric oncology patients. Also, it was found that the probed people are characterized by maladaptive coping strategies, which are more aimed at avoiding the problem than at its rational solution. Coping strategies with the mechanisms of psychological protection are important forms of adaptation processes and response of individuals to stressful situations. Such strategies arise in response to traumatic experiences, help to cope with distress and overcome crisis experiences. Emphasis is also placed on the need to develop a specialized program of psychological support for such parents. Often parents whose children have incurable diseases show psychosomatic disorders and neurotic symptoms and signs of reactive psychosis. Therefore, in our opinion, one of the most relevant areas of clinical psychology at present is the psycho correction of the destructive consequences of experiencing crises by parents of pediatric oncology patients.

Key words: crisis situations, meaningful life crisis, meaningful life orientations, feelings of hopelessness, coping strategies, pediatric oncology patients, psycho correction of crisis states.

УДК 159.9.018.2(159.923.3)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.10>

Вакулєнко О.Л.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри загальної психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Проскурня А.С.

к.психол.н.,
асистент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Третьякова Ю.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Кризові стани у сім'ї є складною і актуальною соціальною та психологічною проблемою. Суть її полягає в тому, що серйозні кризи є реальною загрозою розпаду сім'ї та тяжких психологічних наслідків для її членів (депресія, різні девіації, соматичні порушення тощо). Особливу роль у виникненні кризових станів відіграють хвороби дітей, зокрема невиліковні, до яких належать численні онкологічні захворювання. На жаль, криза вітчизняної медицини зумовила відсутність ранньої діагно-

стики таких захворювань, а низьке соціальне забезпечення громадян стає перепорою на шляху до успішного лікування. Для України проблема онкохворих дітей є особливо болючою: наслідки Чорнобильської аварії, постійні порушення екологічного законодавства, катастрофічне забруднення довкілля, неякісне або й шкідливе харчування – усе це збільшує ризики, через що навіть батьки здорових дітей відчувають тривогу за здоров'я своїх нащадків. Коли ж стається справжня біда, кожна

сім'я переживає кілька етапів хвороби дитини, на кожному з яких виникають специфічні переживання. Часто трапляється деструктивне ставлення до ситуації в цілому, тобто панічне безсилля батьків, витіснення, а інколи й занурення у хворобу, яка стає захистом від інших труднощів життя. Психологам-практикам дуже важливо мати чітке уявлення про особливості індивідуально-психологічних переживань кризових станів батьками онкохворих дітей. При цьому необхідно враховувати усі три компоненти батьківських переживань, а саме: поведінковий, когнітивний та емоційний.

Відповідно до статистики Міністерства охорони здоров'я України кількість дітей, у яких діагностуються злоякісні новоутворення, продовжує збільшуватись. Окрім медичного комплексу заходів, важливе значення має ефективність лікувально-реабілітаційного процесу, залученість до нього батьків та родичів хворої дитини. Чинниками успішності такої взаємодії є психологічні установки на лікування та одужання, емоційне реагування на ситуацію, копінг-стратегії, притаманні особистості.

Нині проблема психологічної підтримки батьків онкохворих дітей залишається доволі актуальною, адже часто нівелюється її значення, включеність батьків до загального процесу лікування. Щоб цей вид допомоги був результативним, необхідне глибоке вивчення специфіки поведінки в критичних ситуаціях та індивідуально-психологічних особливостей батьків.

У сучасних вітчизняних і зарубіжних дослідженнях проблеми кризових станів мають різнобічну епістемологічну й етимологічну термінологію. Наприклад, в рамках такого напрямку, як психологія життєвого шляху (Б. Ананьєв, С. Рубінштейн), кризова ситуація життя розглядається як подія життєвого шляху, що стає для особистості поворотним етапом, внаслідок якого приймаються важливі, доленосні рішення щодо подальшого життя особистості. Крім того, в інших теоріях постають поняття «важка життєва ситуація» (Л. Анциферова), «неможлива ситуація» (К. Артемова), «духовна криза» (С. Гроф), «криза» (Е. Еріксон), «психотравмуюча ситуація» (Т. Кириленко).

Автори статті «Психологічні проблеми в онкології» В.А. Чулкова та В.М. Моїсеєнко зазначають, що конструктивне вирішення кризи, пов'язаної з онкологічними захворюваннями, як у пацієнтів, так і у їхніх близьких «можливе лише для тих, хто має мужність бути відкритим для життя, тобто приймати його таким, яким воно є» [7, с. 154]. Екстремальність та кризовість самої ситуації, у якій опиняються батьки, формується упродовж хвороби та лікування дитини. При цьому дуже важливо, щоб ситуація сприймалася саме як кризова, а не екстремальна, адже надсильні хворобливі

переживання, що руйнують уявлення людини про безпечне існування, є психологічною травмою, котра може тривати протягом багатьох років, руйнуючи психіку та здоров'я людей. Якщо людина сприймає ситуацію онкозахворювання як екстремальну, то вона фіксує увагу на хворобливих переживаннях, депресії, суїцидальних думках. Це призводить до дезадаптації. Якщо ж ситуація сприймається як криза, то у людини виникає відчуття переломності моменту. І у хворої дитини, і у її батьків виникає гостре відчуття власного «Я». Сутність переживання кризи полягає в усвідомленні того, що ситуація може змінитися, якщо зміниться сама людина.

Переживання кризи батьками онкохворих дітей має три таких компоненти: поведінковий, когнітивний та емоційний. Кожен з них породжує низку проблем. Поведінковий компонент – це засоби психологічного захисту (витіснення, заперечення, компенсація, регресія (інфантилізація), проєкція, заміщення, раціоналізація). Автори книги «Психологічна підтримка сім'ям тяжкохворих дітей» зазначають, що вирішення проблем, пов'язаних з поведінковим компонентом батьківських переживань, – це конфронтаційний копінг, прийняття відповідальності, самоконтроль, позитивна переоцінка, пошук соціальної підтримки, дистанціювання [1, с. 21].

Когнітивний компонент переживань батьками кризових станів пов'язаний із відчуттям власного нещастя, суїцидальними думками, оцінкою допомоги з боку оточення, а також з уявленнями про цінності, про Бога та сенс життя.

Емоційний компонент пов'язаний з почуттям провини, а також з відчуттям власної ізолюваності від світу, з тривогою та депресією. Тут важливо саме подолати ізолюваність, налагодити комунікацію з людьми, що опинилися у подібній ситуації, а також нівелювати почуття провини. Найбільш складні переживання виникають у батьків на етапі стаціонарного лікування дитини. Коли батьки приймають діагноз як остаточний факт, у їхніх уявленнях про себе та власне життя відбуваються суттєві зміни. Зокрема, виникають відчуття безпорадності та безнадійності через неможливість позбавити дитину проблем зі здоров'ям, з'являються сумніви у власній компетентності в минулому, теперішньому та майбутньому. Надія покладається на допомогу лікарів, однак саме на етапі стаціонарного лікування батьків очікують сильні стресові переживання.

Мета дослідження – емпірично дослідити індивідуально-психологічні особливості батьків онкохворих дітей в умовах реагування на кризу.

Загальну вибірку дослідження склали 80 респондентів – батьків, чії діти проходять

лікування у стаціонарі дитячого відділення Київського міського клінічного онкологічного центру. До вибірки увійшли представники як жіночої (47), так і чоловічої статі (33) віком від 28 до 40 років. Загальний час перебування дітей досліджуваних у лікарні становить від трьох тижнів до 6 місяців, деякі з них зазнали хірургічного втручання, але більшість проходить лікування хіміотерапією. Діти досліджуваних перебували на різних стадіях протікання хвороби (прояв перших симптомів, хворі у стадії ремісії, тяжкі термінальні стани протікання хвороби).

Для досягнення мети дослідження ми використали такі емпіричні методи: спостереження, психодіагностичне дослідження, спрямоване на вивчення індивідуально-психологічних особливостей переживання кризових станів батьками онкохворих дітей (зокрема, «Опитувальник смисложиттєвої кризи» К.В. Карпінського, «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д.О. Леонтєва, «Шкала безнадійності» А. Бека та опитувальник «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана в адаптації Н. Сироти, В. Ялтонського).

Емпіричне дослідження ознак смисложиттєвої кризи здійснювалося за допомогою методики «Смисложиттєва криза» К.В. Карпінського. Встановлено, що середньогруповий показник інтенсивності смисложиттєвої кризи знаходиться на високому рівні вираженості та дорівнює 139 (max. 157), що вказує на тяжку кризу. Високі бали вказують на те, що смисложиттєві суперечності набувають неприродної гостроти, застійності, глибини та травматичності. Це характеризує кризовий стан.

Батьки, чії діти мають онкологічне захворювання, втрачають віру у позитивне майбутнє, усе їхнє життя зосереджується на боротьбі з хворобою. Це забирає усі сили та час. Для вибірки досліджуваних характерними є переживання кризи сенсу життя. Суб'єктивними та поведінковими ознаками кризи сенсу життя є:

- складність усвідомлення смислової саморегуляції життєвого шляху;
- викривлене сприйняття психологічного часу, ставлення до свого минулого, теперішнього та майбутнього;
- деформації в побудові суб'єктивної картини життєвого шляху;
- переживання загальної незадоволеності життям;
- порушення суб'єктивного контролю життя;
- порушення взаємин у соціумі;
- відчуття внутрішньої порожнечі, спустошеності, страху, безнадії та розпачу, пов'язаних із усвідомленням плінності людського життя.

За методикою «Тест смисложиттєвих орієнтацій» у адаптації Д. Леонтєва встановлено, що досліджувані мають низький показник осмисленості життя, що складає 1 перцентиль (max. 1,4). Це підтверджує наявність глибокої особистісної смисложиттєвої кризи у батьків онкохворих дітей.

Діагностична шкала «Цілі на майбутнє» дає змогу встановити рівень продуктивної орієнтації на майбутнє, що надає життю осмисленості, спрямованості та часової перспективи. Досліджуваним властивий низький показник за даною шкалою – 0,26 перцентилів (max. 0,42). Батьки онкохворих дітей живуть одним днем, тобто у теперішньому моменті, рідше – у минулому, де їхні діти здорові. Вони не будують планів на майбутнє, оскільки тяжка хвороба не дає можливості щось планувати наперед. Усі їхні цілі та бажання зводяться виключно до подолання захворювання.

За шкалою «Емоційна насиченість життя» вибірці також властивий низький рівень прояву даної властивості – 0,24 перцентилів (max. 0,42). Отримані результати засвідчують, що досліджувані не сприймають своє життя як цікаве та насичене позитивними переживаннями. Вони не отримують задоволення від життя, а, навпаки, відчують розчарування, втрату віри у щасливе майбутнє та сенсу життя. Батьки описують свою реальність як сіру буденність з тривожною невизначеністю та нестабільністю, де кожний наступний день наближає їх до втрати дитини.

Шкала «Результативність життя» має низький рівень вираженості – 0,19 перцентилів (max. 0,35). Бали за цією шкалою відображають загальну оцінку пройденого відрізка життя, відчуття його продуктивності та осмисленості. Низький показник свідчить про незадоволеність своїм життям, розчарування та зневіру у собі. Досліджувані відзначають власну безсилість та нездатність допомогти своїм дітям. Часом рідні звинувачують себе у невтішному діагнозі, називають себе поганими батьками, які не доглядали за дитиною.

Досліджуваним властиві низькі показники за шкалами, що визначають переважаючий рівень суб'єктивного контролю: «Локус контролю – Я» – 0,17 перцентилів (max. 0,28), «Локус контролю – життя» – 0,25 перцентилів (max. 0,42). Результати свідчать переважання екстернального локусу контролю, що вказує на уявлення особистості про себе як про пасивний та залежний об'єкт, що підкоряється обставинам і не може виступати активним суб'єктом дійсності. Досліджуваним властивий певний фаталізм та впевненість, що від них мало що залежить. Значні надії на допомогу покладаються на лікарів, Бога та надприродні сили, що є ознакою яскраво вираженої екстернальної поведінки досліджуваних.

Використовуючи методику «Шкала безнадійності» А. Бека, ми встановили, що досліджуваним властивий досить високий рівень зневіри – 16 (max. 20). Такі дані свідчать про переважання негативних очікувань на майбутнє та нездатність значимо вплинути на позитивний результат лікування. Часто гостре переживання безнадійності стає причиною виникнення тяжких психопатологічних розладів у батьків, чиї діти страждають на онкологію. За відсутності вчасної психологічної допомоги такі стани з невротичних можуть переростати у психотичні, а також набувати психосоматичного вираження. Часто у батьків, які довго перебувають поруч з дитиною в процесі лікування, з'являються скарги та фізіологічні симптоми, подібні до тих, що мають їхні діти. При цьому у них повністю відсутні будь-які об'єктивні ознаки захворювання.

Використовуючи психодіагностичну методику «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана у адаптації Н. Сироти та В. Ялтонського, ми встановили, що найбільш інтенсивне вираження у групі досліджуваних має деструктивний копінг «уникнення» (28 балів). Продуктивна копінг-стратегія «розв'язання проблем» має низький рівень вираженості (18 балів). Загалом серед 80 досліджуваних батьків для 46 переважачим виявився копінг «уникнення», 21 респондент активно використовує копінг «пошук соціальної підтримки», лише 13 батьків звертаються до стратегії «розв'язання проблем».

Для більшості батьків (58%), чиї діти страждають на онкологію, домінантною є копінг-стратегія «уникнення». Це пасивна поведінкова реакція на стрес, за якої людина намагається зменшити кількість контактів з оточуючим світом, тікає від вирішення проблем, відгороджується від соціуму, вважаючи його ворожим або небезпечним. Життя досліджуваних на даний момент часу зосереджене тільки на самопочутті їх дитини, вони докладають усіх можливих зусиль, аби чимось зарадити. У разі переважання такої реакції людина закривається у собі, вона схильна «тікати» від стресу, тобто заїдати переживання, зловживати алкоголем або психоактивними наркотичними речовинами, щоб уникнути постійної емоційної напруги. Така поведінкова стратегія є повністю деструктивною для психічного здоров'я батьків, вона вимагає психокорекційної роботи або психотерапії.

26% досліджуваних активно використовують копінг «пошук соціальної підтримки». Такий тип реагування на стрес вважається адаптивною поведінковою стратегією, за якої людина для ефективного вирішення проблеми схильна шукати допомогу та підтримку у своєму близькому оточенні – у родині, серед друзів, колег. Така стратегія орієнтована на

активну взаємодію з іншими людьми. Ідеться як про інформаційну (бажання почути фахову думку спеціаліста, пошук нових знань), так і про емоційну взаємодію (бажання бути почутим, пошук уваги та емпатійної підтримки, прагнення поділитися своїми проблемами та побоюваннями).

Такі батьки потребують уваги не лише родини, але і кваліфікованих фахівців-психологів, які допоможуть знайти адаптаційний ресурс у таких складних життєвих умовах. Особи з переважанням копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» легше йдуть на контакт з медичним персоналом, більш схильні до групових видів роботи та активніше включаються у психотерапевтичну взаємодію.

Лише для 16% досліджуваних переважаючою виявилася копінг-стратегія «розв'язання проблем». Це найбільш активна поведінкова стратегія, за якої людина намагається використовувати усі доступні їй ресурси для пошуку способів ефективного вирішення проблеми. Даний копінг переважно властивий батькам, чиї діти уперше потрапили до стаціонару та перебувають там короткий термін або не мають чіткого диференційованого діагнозу.

Копінг-поведінка разом та механізми психологічного захисту є важливими формами адаптаційних процесів та реагування індивідів на стресові ситуації. Такі стратегії виникають у відповідь на травмуючі переживання, допомагають впоратися з дистресом та подолати кризові переживання.

Таким чином, у ході емпіричного дослідження встановлено, що досліджувані перебувають у інтенсивній смисложиттєвій кризі через втрату сенсу життя, відсутність цілей та перспектив на майбутнє. Увесь їх інтерес зводиться до здоров'я їхніх тяжкохворих дітей. Батьки демонструють низьку емоційну насиченість життя, низьку результативність та осмисленість існування. Вони мають екстернальний локус контролю, пов'язаний з пасивністю та фаталістичним очікуванням неминучого майбутнього. У групі досліджуваних спостерігається високий показник переживання безнадійності та переважання деструктивних копінг-стратегій.

Виявлені індивідуально-психологічні особливості досліджуваних вказують на переживання батьками онкохворих дітей глибокої особистісної кризи, що породжує дезадаптивну поведінку, пасивні копінг-стратегії, негативні емоційні переживання, втрату віри в одужання та безнадійність.

У контексті подальших розвідок, на нашу думку, необхідним є створення технік психологічної інтервенції та підтримки для батьків, чиї діти страждають на онкологію. Терапевтична робота з психологом сприятиме зниженню

деструктивних наслідків переживання кризових станів, усунуть деструктивні патерни поведінки, а також формуватиме функціональні форми реагування у тяжких життєвих ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александрова О.В., Кушнарєва И.В., Ткаченко А.Е. Психологическая поддержка семьям тяжело болеющих детей. Санкт-Петербург : Типография Михаила Фурсова, 2018. 66 с.
2. Балабанова Е.С. Гендерные различия стратегий совладания с жизненными трудностями. *Социологические исследования*. 2002. № 1. С. 26–32.
3. Создание системы паллиативной помощи детям с онкологическими заболеваниями / М.А. Бялик, А.Ф. Бухны, С.А. Волох, Г.Я. Цейтлин. *Вопросы гематологии / онкологии и иммунопатологии в педиатрии*. 2004. № 3 (3). С. 61–69.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200 с.
5. Вирт У., Цобели Й. Жажда смысла: человек в экстремальных ситуациях: пределы психотерапии / пер. с нем. Москва : Когито-Центр, 2011. 328 с.
6. Ермакова Е.Н. Психологическое консультирование родителей детей с хроническими заболеваниями. *Психотерапия и клиническая психология*. 2005. № 1. С. 30–34.
7. Чулкова В.А., Моисеенко В.М. Психологические проблемы в онкологии. *Практическая онкология*. 2009. № 10 (3). С. 151–157.
8. Hoven E. The Influence of Pediatric Cancer Diagnosis and Illness Complication Factor on Parental Distress. *Journal of Pediatric Hematology. Oncology*. 2008. № 30 (11). P. 807–814.

ЕТАПИ І ФОРМИ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

STAGES AND FORMS OF SELF-DEVELOPMENT OF PERSONALITY

У статті розглядається динамічність сучасного життя, яка вимагає від людини здатності до саморозвитку, тому що сьогодні не можна покладатися тільки на знання, уміння, навички в їх класичному вигляді ретрансляції інформації. Звичайно, саморозвиток – це не тільки самонавчання, а й самовиховання особистості. У цьому аспекті особливу роль відіграє розвиток мотивації і мотивів соціальної поведінки особистості. Процес саморозвитку становить актуалізацію розширеного самовідтворення потреб у процесі життєдіяльності особистості.

Успішність особистісного саморозвитку детермінується наявністю узгодженої, несуперечливої системи ціннісних орієнтацій, яка лежить в основі формування змістовно і хронологічно узгоджених життєвих цілей та планів. Особливо важливою є реалізація особистісного розвитку й самодійснення у межах життєвого простору сім'ї. Шлюбно-сімейні стосунки як найважливіша сфера життєдіяльності особистості становлять її життєвий світ, визначаючи якість її життя, служучи полем для особистісної самореалізації, самоствердження і саморозвитку. Долаючи труднощі, які час від часу переживає будь-яка сім'я, зокрема молода, тільки-но створена, особистість усвідомлює і виразно бачить свої життєві домагання, оскільки складні ситуації можна розглядати як передумову постановки життєвих завдань, завдяки вирішенню яких вона стає спроможною брати на себе відповідальність за власне життя.

Етапи, стадії, рівні та форми прояву саморозвитку особистості аналізували у своїх дослідженнях В. Слободчиков, Е. Ісаєв, М. Монтессорі, С. Кузікова. Дослідниця С. Мінюрова запропонувала модель вивчення детермінації особистості. С. Кузікова розробила структурно-функціональну модель особистості, а також акцентувала увагу на необхідності вивчення психологічного простору для саморозвитку особистості. В. Маралов присвятив свої наукові пошуки виокремленню змістових характеристик саморозвитку на різних вікових етапах і визначив низку наявних перешкод на шляху його реалізації, критично оцінюючи потенціал саморозвитку й аналізуючи амбівалентні характеристики.

Ключові слова: саморозвиток особистості, особистість, вікові етапи, соціальна поведінка, психологічний простір.

The article considers the dynamics of modern life requires a person's ability to self-development, because today you can not rely only on knowledge, skills, abilities in their classic form of information retransmission. Of course, self-development is not only self-learning, but also self-education of the individual. In this aspect, a special role is played by the development of motivations and motives for its social behavior. The process of self-development is the actualization of expanded self-reproduction of needs in the process of personal life.

The success of personal self-development is determined by the presence of a coherent, consistent system of value orientations, which underlies the formation of meaningfully and chronologically consistent life goals and plans. It is especially important to realize personal development and self-realization within the living space of the family. Marital and family relations as the most important sphere of a person's life is his life world, determining the quality of life, serving as a field for personal self-realization, self-affirmation and self-development. Overcoming the difficulties that are experienced from time to time by any family, especially young, newly created, the individual realizes, clearly sees his life's demands, because difficult situations can be seen as a prerequisite for setting life goals, which makes it able to take on self-responsibility for one's own life.

Stages, stages, levels and forms of manifestation of personal self-development were analyzed in the researches of V. Slobodchikov, E. Isayev, M. Montessori, S. Kuzikova. S. Minyurova proposed a model for studying its determination, while S. Kuzikova developed a structural-functional model, and also emphasized the need to study the psychological space of personal self-development. V. Maralov devoted his scientific research to the identification of meaningful characteristics of self-development at different age stages and identified a number of existing obstacles to its implementation, critically assessing the potential of self-development and analyzing ambivalent characteristics.

Key words: self-development of personality, personality, age stages, social behavior, psychological space.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.11>

Васильєва Г.В.

к.психол.н,
доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Котова І.О.

магістрантка V курсу спеціальності
«Психологія»
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Процес саморозвитку індивідуалізований, адже він визначається мірою суб'єктності конкретної особистості, специфікою її активності, характерними особливостями формування цілей саморозвитку та ступенем їх усвідомленості. Проте існує низка підходів до періодизації саморозвитку. Однією з перших спроб розробки такої періодизації були напрацювання М. Монтессорі, яка, обмежившись віком від 0 до 18 років, виділила у процесі саморозвитку такі стадії, кожна з яких складається з двох фаз:

1) першу стадію (від народження до 6 років):

– для першої фази (0–3 роки), яку називають «всмоктуюча свідомість», характерна надчутливість дитини, що відображає емоції батьків, зокрема матері. Саме тому найбільш прийнятним середовищем для оптимального дитячого розвитку є родина, батьківський дім;

– для другої фази (3–6 років), яку називають «будівельник самого себе», властива інтенсивна самопобудова особистості, оскільки цей вік є найбільш чутливим як для сенсорного, рухового, мовного, так і для соціального розвитку;

2) другу стадію (від 6 до 12 років):

– перша фаза (від 6 до 9 років) – «дослідник навколишнього світу» – орієнтована на розвиток дитини й пов'язана з пошуком її місця, ролі в оточуючому світі. У свідомості дитини формується більш-менш адекватний, структурований і осмислений образ світу, образ самої себе і свого місця в світі. З метою пізнання світу вона прагне вийти за межі можливостей органів чуття шляхом експериментування;

– друга фаза (від 9 до 12 років) – «вчений» – дослідницьке ставлення до світу набуває цілеспрямованого характеру;

3) третю стадію (від 12 до 18 років):

– перша фаза (від 12 до 15 років) – «учасник організації» – молода людина знаходить можливості посилити свої пізнавальні здібності, залучаючи для цього однодумців;

– друга фаза (від 15 до 18 років) – «соціальний учасник» – характеризується зайнятістю протягом неповного робочого дня, навчанням, заняттям професійною підготовкою, початком професійного становлення, кар'єри [3].

У вітчизняній психології найбільш цікаво ідея періодизації саморозвитку відображена у працях В. Слободчикова, який намагався простежити процес розвитку особистості ніби зсередини. Вчений хотів відобразити становлення її внутрішнього світу, суб'єктивної реальності, де вихідними є поняття «подієва спільність» і «самобутність». Він вважав, що людина народжується кілька разів, реалізуючи входження до нових соціальних спільнот, при цьому принципово змінюючи режим життєдіяльності. Криза розвитку виникає у той момент, коли виникає розрив між індивідуальними й спільними формами діяльності. Кризи народження і розвитку перемежуються зі стадіями прийняття й засвоєння [6].

С. Кузікова виділяє чотири рівні організації саморозвитку, що відображають адаптивно-зарядні (ситуативні) і мотиваційно-смилові (прогресивні) аспекти саморозвитку особистості, а саме:

1) високий (автентично творчий, трансгресивний) рівень;

2) середньо-високий (особистісно рефлексивний) рівень;

3) середній (індивідуально конструктивний) рівень;

4) низький (індивідуально регулятивний) рівень [1].

Кожен з зазначених рівнів має свою просторово-часову локалізацію в багатовимірному просторі саморозвитку особистості. Так, перший рівень передбачає локалізацію в часовому просторі «минуле – теперішнє». Особистісні переживання, ставлення, які склалися в минулому, зумовлюють сприйняття зовнішнього світу і реагування на життєві

ситуації в теперішньому. Другий рівень має локалізацію в інтервалі «теперішнє – минуле». Знаходячись у теперішньому, особистість реагує на зміни напрацьованими, звичними способами. Чим багатшим і різноманітнішим є її досвід, тим ефективнішою є її поведінка. Третій рівень організації саморозвитку локалізується в інтервалі «теперішнє – майбутнє». Цей рівень характеризується самоідентифікацією, самопізнанням, самоаналізом, побудовою системи цінностей, смислоутворенням, пошуком цілей і шляхів їх досягнення. Особистість у теперішньому спрямована в майбутнє, а саморозвиток має прогресивний характер. Нарешті, останній рівень передбачає проєкцію «майбутнє – теперішнє» і визначається високою здатністю до трансцендентності [1].

До основних форм саморозвитку належать такі: самоствердження, самовдосконалення, самоактуалізація і самореалізація. Самоствердження дає можливість особистості заявити про себе повною мірою. Самовдосконалення характеризує прагнення особистості наблизитися до деякого ідеального образу, який виступає в якості орієнтира для досягнення чого-небудь в собі в майбутньому. Самоактуалізація полягає у виявленні в собі певного потенціалу. Самореалізація полягає у використанні зазначеного потенціалу в житті.

Зазначені форми саморозвитку тісно пов'язані одна з одною. Первинним є самоствердження. Щоб удосконалитися й актуалізуватися повною мірою, необхідно спочатку утвердитися в своїх очах і очах інших людей. Можна сказати, що той, хто самовдосконалюється і самоактуалізується, об'єктивно самостверджується. Більшість дослідників вважає, що аж до підліткового віку включно основною формою саморозвитку є самоствердження. І тільки стаючи суб'єктом саморозвитку, особистість здобуває нові можливості, які зумовлюють її прагнення до самовдосконалення і актуалізації свого особистісного потенціалу, що підвищує ймовірність самореалізації в житті і в діяльності. Кожний віковий період характеризується своїми ступенями становлення суб'єктивної реальності, специфікою розвитку самосвідомості, своєрідністю суб'єктної позиції і проявами соціальної активності, домінуванням тих чи інших форм саморозвитку.

На основі аналізу теоретичних підходів до визначення сутності процесу саморозвитку С. Мінорова запропонувала модель вивчення детермінації саморозвитку, в якій представлені дві площини й чотири вектори. Перша площина (вертикаль **A**) відображає спрямованість саморозвитку. Її задають два вектори: центробіжний (**ao**) – внутрішній конфлікт, центроспрямований (**oa1**) – мета, цінності, перспектива.

Друга площина (горизонталь **B**) відображає структурну складність джерел саморозвитку. Її задають два інших вектори. Вектор **B** спрямований на пошук інстанції, яка керує саморозвитком (самість, проприум, «Я-концепція»). Вектор **ob1** спрямований на виділення принципів які керують саморозвитком. Це принципи самоефективності, саморегуляції, самопідкріплення, самореалізації, інтерпретації і прогнозу. Вектори **ao** і **vo** визначають контекст саморозвитку, в основі якого лежить спрямованість на внутрішній конфлікт і пошук інстанції, здатної керувати саморозвитком. Цей контекст можна позначити як зіткнення з «Я». Натомість вектори **oa1** і **ob1** задають контекст саморозвитку, актуалізуючи спрямованість на мету, цінності, перспективи та пошук принципу, який може керувати саморозвитком, тим самим сприяючи розкриттю «Я» [4].

С. Кузікова наголошує на тому, що використання системно-синергетичного підходу до аналізу процесу саморозвитку особистості дозволяє враховувати все розмаїття елементів, з яких складається особистість як система. Вчена зазначає, що необхідно акцентовано вивчати внутрішні й зовнішні ресурси формування і розвитку тієї чи іншої системної якості, виникнення якої буде визначати потенційні можливості розвитку особистості. Використання авторкою структурно-функціонального аналізу дозволило побудувати модель, що відображає психологічний зміст саморозвитку особистості [1].

Індивідуальність саморозвитку визначається дією відповідних факторів, механізмів особистісного саморозвитку, а також умовами певної життєвої ситуації, характерними рисами, властивостями особистості, значущістю особистісних і міжособистісних відносин. Саме ступінь взаємозумовленості чинників

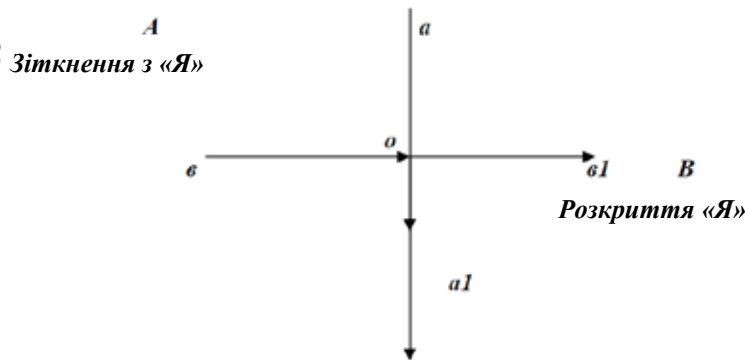


Рис. 1. Модель детермінації саморозвитку (за С. Мінуровою [4])

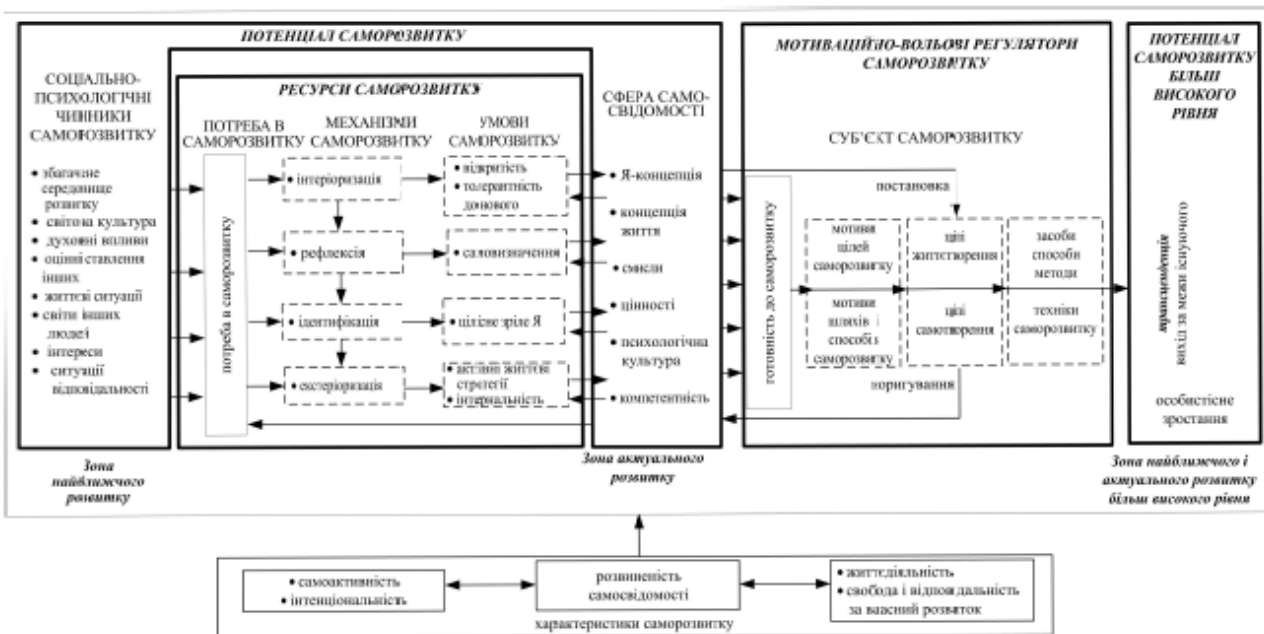


Рис. 2. Структурно-функціональна модель саморозвитку особистості (за С. Кузіковою [1])

соціального оточення, особистісних особливостей, характеру і спрямованості діяльності суб'єкта визначає динаміку саморозвитку особистості. Отже, дієвість і продуктивність саморозвитку залежить від змісту та емоційного забарвлення психічної реальності людини. З огляду на це вагомими факторами саморозвитку суб'єкта є ступінь значущості життєвих обставин і відносин особистості та рівень її психологічної культури і духовності.

На думку С. Кузікової, простір саморозвитку особистості є «суб'єктивізованим» середовищем, яке вибірково сприймається, створюється самим суб'єктом відповідно до його цінностей, цілей, домінуючих життєвих стратегій, індивідуально-психологічних особливостей та досвіду. Межами саморозвитку особистості виступають, з одного боку, її цілі та особистісні смисли, а з іншого боку, її ресурсні можливості (потенціал саморозвитку).

Отже, у психології зараз не існує єдиного підходу до визначення феномену саморозвитку, його суті, утворення синонімічного поля подібних понять, таких як самореалізація, самовдосконалення, самотрансценденція тощо.

Спираючись на періодизацію В. Слободчикова, В. Маралов запропонував виокремити

змістові характеристики саморозвитку на різних вікових етапах [3].

Говорячи про вікові особливості саморозвитку, не варто забувати й про перешкоди його реалізації. З-поміж низки невдач увагу слід зосередити на таких з них, як:

1) *ризик зазнати невдачі в ході досягнення життєвих цілей.* Як би індивід не прагнув досягти поставлених цілей і успіху, завжди існує імовірність зазнати невдачі. Вона може виражатися як в недосягненні цілей, так і в невизнанні заслуг особистості соціумом або окремими людьми. На жаль, слід констатувати, що такі ситуації трапляються в житті нерідко. У результаті цього людина втрачає віру в себе, у свої можливості, в існування справедливості, що негативно позначається на психологічному здоров'ї;

2) *вибір неадекватної сфери самореалізації і саморозвитку.* Саморозвиток в асоціальному напрямку слід визнати небезпечним для особистості. Часто трапляється, що людина вибирає не ту професію або галузь життєдіяльності. У результаті цього вона страждає, намагається робити все, щоб найбільш повно проявити себе, але результати є мінімальними. Підкорившись обставинам, людина не знаходить в собі сили, щоб змінити стан



Рис. 3. Психологічний простір саморозвитку особистості (за С. Кузіковою [1])

справ. Коли людина усвідомлює це, то вже запізно щось змінювати. Це відбувається в тих випадках, коли діяльність з саморозвитку не сполучена з самопізнанням сильних і слабких сторін;

3) *чи не є надбання втратою?* Часто трапляється, що особистість, здавалося б, піднімається на сходинку вище у своєму саморозвитку, втрачаючи при цьому щось, що вигідно відрізняло її від інших людей. Якщо нове надбавується над старим, то це позитивний факт. А коли нове погіршує або заперечує попередні надбання особистості, варто поставити запитання про те, чи потрібні такі нововведення;

4) *«авторитет або заздрість»?* Особистість, яка стала на шлях саморозвитку, по-різному може сприйматися іншими людьми. Найбільш сприятливим варіантом є той, коли саморозвиток людини викликає захоплення у інших, тобто людина в силу своїх здібностей і можливостей набуває авторитет. Водночас нерідко ми стикаємося з небезпекою, коли досягнення однієї людини викликають заздрість у інших. Людям здається, що комусь все дається саме собою без будь-яких зусиль, що хтось захищає його. У результаті виникає почуття заздрості, засноване на неправильному уявленні про справедливість;

5) *«що ж ти такий розумний і такий бідний»?* Не секрет, що люди, які обрали шлях саморозвитку, далеко не завжди за свої зусилля в роботі над собою отримують матеріальну винагороду. Як правило, вони не ставлять перед собою таких цілей. Часто-густо ми стикаємося з ситуаціями, коли люди, які займаються простою працею і не обтяжують себе турботами про просування вперед у саморозвитку, отримують набагато більше за тих, хто вдосконалює себе;

6) *вибір неадекватних способів і засобів саморозвитку.* Робота над собою – це складний і трудомісткий процес. Вона передбачає не тільки чітку постановку цілей саморозвитку, але і вибір психологічного інструментарію для їх досягнення. Якщо інструментарій вибраний неправильно або не дає відчутного ефекту, це негативно позначається на самопочутті людини і її стані.

Отже, у межах нашого дослідження з точки зору вивчення особливостей впливу сім'ї на саморозвиток актуальним є визначення спе-

цифіки ранньої юності і зрілості. Для юнаків і дівчат прагнення до автономії як мотив самоствердження поглиблюється за рахунок інтеграції поведінкової, емоційної і ціннісної складових частин особистості. Перевагу над іншими отримує соціальна мотивація, що включає прагнення до популярності і громадського престижу, отримання визнання оточуючих, досягнення високих результатів у значимій діяльності. У зв'язку із продовженням процесів самовизначення, де на перший план висувається самовизначення у професійній сфері, диференціюються мотиви самовдосконалення, виникає потреба в самоактуалізації особистісного потенціалу та використанні його в житті. На відміну від молоді, зрілі люди перебувають на стадії індивідуалізації з можливим переходом на стадію універсалізації. Відбувається подальший розвиток «Я-концепції» і внутрішнього світу як мікрокосму. Активність дорослої людини переходить на продуктивний рівень. Можливим є перехід на особистісно творчий рівень. Активуються всі три форми саморозвитку, а саме: самоствердження, самовдосконалення і самоактуалізація.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія. Суми : Видавництво СумДПУ, 2020. 324 с.
2. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування : навчальний посібник. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2001. 304 с.
3. Маралов В.Г. Общие закономерности и возрастные особенности саморазвития личности. *Cherepovets State University Bulletin*. 2015. № 65 (4). URL: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-46846-2>.
4. Минюрова С.А. Психология самопознания и саморазвития. Екатеринбург, 2013. 316 с.
5. Психологія саморозвитку особистості : збірник наукових праць / за ред. Н.В. Чепельової, Я.Ф. Андреевої. Чернівці – Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2016. 284 с.
6. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека: введение в психологию субъективности : 2-е изд., испр. и доп. Москва : Изд-во АСТГУ, 2013. 360 с.
7. Яремчук С.В., Новгородова Е.Ф., Неживая Е.А. Саморазвитие и субъективное благополучие современной молодежи. Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2021. 142 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF FACTORS OF DEVELOPMENT OF PERSONAL POTENTIAL OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS

У статті розглядається проблема психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи. Охарактеризовано наукові підходи до характеристики особистісного потенціалу (акмеологічний, діяльнісно-смысловий, гуманістичний, системний, адаптаційний, позитивно орієнтований, особистісно орієнтований, вчинковий, транскультуральний). На основі визначених підходів представлено сутність особистісного потенціалу вчителів. Зокрема, особистісний потенціал учителів розглядається як інтегральне сполучення мобілізуючих резервів особистості педагога, що з опорою на досвід, життєві установки, цінності, смислові орієнтації сприяє акумуляції енергії для досягнення життєвих цілей, особистісного сенсу, подолання труднощів, реалізації педагогічної діяльності в умовах змін. Основне завдання статті – визначення і характеристика психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи. Висвітлено такі позиції науковців щодо виокремлення чинників розвитку особистісного потенціалу людини: внутрішні, що пов'язані з індивідуально-психологічними особливостями особистості суб'єкта; мотиваційні, що зумовлюють різні можливості суб'єкта; зовнішні (соціальне, інформаційне середовище); цілеспрямовані розвивальні впливи (програми, курси). Представлено та проаналізовано зміст основних психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи. До суб'єктивних чинників, що розкривають внутрішню позицію, індивідуальні спроможності, підготовку вчителя до розвитку потенціалу, віднесено такі: вік, стать, гуманізм, фахові компетентності, готовність до інновацій, фасилітаційні здібності, обізнаність з особливостями розвитку особистісного потенціалу, вміння працювати над собою. Серед об'єктивних чинників, що визначають зовнішні соціально-психологічні, професійні умови становлення властивостей, здатностей особистості, визначено такі: місце проживання, освіту, стаж роботи, родино-сімейні взаємовідносини, режим життєдіяльності, матеріально-побутові умови життя, особливості професійного середовища, технології вдосконалення тощо.

Ключові слова: потенціал, особистісний потенціал, особистісний потенціал вчителів початкової школи, об'єктивні чинники, суб'єктивні чинники.

лів початкової школи, об'єктивні чинники, суб'єктивні чинники.

The article deals with the problem of psychological factors in the development of the personal potential of primary school teachers. Scientific approaches to the characterization of personal potential (acmeological, activity-semantic, humanistic, systemic, adaptive, positive-oriented, personality-oriented, progressive, transcultural) are characterized. Based on certain approaches, the essence of the personal potential of teachers is presented as an integral combination of mobilizing reserves of the teacher's personality, relying on experience, life attitudes, values, semantic orientations, contributes to the accumulation of energy to achieve life goals, personal meaning, overcoming difficulties, the implementation of pedagogical activities in conditions changes. The main objective of the article is to determine and characterize the psychological factors in the development of the personal potential of primary school teachers. The positions of scientists on the identification of factors of the development of a person's personal potential are reflected: internal, associated with the individual psychological characteristics of the subject's personality; motivational factors that determine the different capabilities of the subject; external factors (social, informational environment); targeted developmental influences (programs, courses). The content of the main psychological factors in the development of the personal potential of primary school teachers is presented and analyzed. The subjective factors that reveal the inner position, individual abilities, teacher training for potential development include: age, sex, humanism, professional competencies, readiness for innovation, facilitation abilities, awareness of the peculiarities of personal potential development, the ability to work on oneself independently. Among the objective factors that determine the external socio-psychological, professional conditions for the formation of personality properties, abilities, place of residence, education, work experience, family and family relationships, mode of life, material and living conditions of life, features of the professional environment, technology are determined improvements, etc.

Key words: potential, personal potential, personal potential, primary school teachers, objective factors, subjective factors.

УДК 373.3.011-051:159.923
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.12>

Гуменюк І.А.

аспірант кафедри психології управління
Центральний інститут післядипломної
педагогічної освіти
Державного закладу вищої освіти
«Університет менеджменту освіти»

Сучасний етап розвитку української школи спрямований на змістове і технологічне перетворення, досягнення нових результатів освіти. У зв'язку з цим підвищуються вимоги до педагога, який не лише повинен орієнтуватися на старанне виконання своїх професійних обов'язків, але й має володіти розвиненими якостями – ініціативністю, креативністю, готовністю вчитися впродовж життя. Крім того, у процесі реалізації стратегічних завдань сучасного реформування школи педагог має

як професійно розвиватися, так і бути готовим до застосування у практичній діяльності особистісного потенціалу. Саме завдяки особистісному потенціалу вчитель здатний мобілізувати внутрішні резерви, спираючись на досвід, цінності, смислові орієнтації, акумулювати енергію для досягнення життєвих цілей, долати труднощі, реалізовувати педагогічну діяльність в умовах змін. З огляду на це проблема розвитку особистісного потенціалу вчителя початкової школи, вивчення чинників

його вдосконалення потребує першочергового розгляду і вирішення.

Проблема особистісного потенціалу стала предметом дослідження достатньої кількості науковців, що дозволило визначити підходи до тлумачення сутності досліджуваного явища, зокрема: акмеологічний (А. Деркач [6] та ін.), діяльнісно-смысловий (С. Жукова [10] та ін.), гуманістичний (С. Жигимонт [8] та ін.), системний (В. Косирев [15] та ін.), адаптаційний (І. Арендарчук [2] та ін.), позитивно орієнтований (М. Селігман [30] та ін.), особистісно орієнтований (С. Максименко [21] та ін.), транскультуральний (Н. Пезешкіан [27] та ін.), вчинковий (В. Татенко [31] та ін.).

На особливу увагу заслуговують результати досліджень таких вчених, як А. Костилова [14], А. Москальова [25], Р. Овчарова [14] та ін., які визначають зміст особистісного саморозвитку вчителя. На думку А. Москальової, особистісний потенціал учителя – це складне, багатоаспектне новоутворення, яке полягає в активізації внутрішніх ресурсів та зовнішніх умов щодо сприяння розвитку учнів. Завдяки особистісному потенціалу, на думку вченої, педагог здатний проявляти себе як автономний, саморегульований суб'єкт активності, що здійснює цілеспрямовані зміни у зовнішньому світі, поєднує стійкість до зовнішніх обставин і гнучке реагування на будь-які зміни [25].

Питання особистісних змін учителів, що зумовлені сучасними вимогами освітніх установ в умовах реформування сфери освіти, були розглянуті такими науковцями, як Н. Бібік [5], О. Ляшенко [20] та ін.

Серед досліджень, які висвітлюють проблему психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу людини, варто виокремити роботи таких науковців, як Н. Дмитрієва [7], А. Кузнєцов [16], С. Селезньова [16] та ін. Для Н. Дмитрієвої основними чинниками розвитку особистісного потенціалу людини є такі: внутрішні, що пов'язані з індивідуально-психологічними особливостями особистості суб'єкта; мотиваційні, що зумовлюють різні можливості суб'єкта; зовнішні (соціальне, інформаційне середовище); цілеспрямовані розвивальні впливи (програми, курси тощо) [7].

Однак зауважимо, що вчені проблему особистісного потенціалу вивчали з різних боків, проте відкрито залишається проблема психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи.

Метою статті є визначення та характеристика психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи.

Ретельний аналіз наукової літератури надав можливість виокремити різні погляди дослідників на визначення і характеристику психологічних чинників, які впливають на розвиток

особистісного потенціалу людини, де психологічні чинники виступають в якості причин, що зумовлюють процес становлення досліджуваного феномену [17]. Слід зосередити увагу на поглядах таких учених, як Л. Новик [26], Т. Раздужева [28], М. Хватова [32] та ін.

Так, на думку Л. Новик, на особистісний потенціал людини впливають такі групи психологічних чинників: пізнавально-когнітивна група (рефлексивність, образ «Я»), емоційно-оцінна (самооцінка, самоповага), мотиваційно-ціннісна (потреба у саморозвитку, ціннісні орієнтації), поведінково-діяльнісна (самоконтроль, автономність) [26].

Т. Раздужева вважає, що до психологічних чинників розвитку особистісного потенціалу людини належать такі: робота над запобіганням вигорання; збереження ідеї про високий статус співтовариства, до якого належить особистість; саморозвиток, під час якого особистість відчуває себе гармонійно; розвиток комунікативних навичок; толерантність щодо особливостей інших людей [28].

Враховуючи вищезазначене та спираючись на думку науковців, ми визначили об'єктивні та суб'єктивні чинники розвитку особистісного потенціалу вчителів початкових класів.

Суб'єктивні чинники розкривають внутрішню позицію, індивідуальні спроможності, підготовку вчителя до розвитку потенціалу. Серед них варто виокремити такі: вік, стать, гуманізм, фахові компетентності, готовність до інновацій, фасилітаційні здібності, обізнаність в особливостях розвитку особистісного потенціалу, вміння самостійно працювати над собою.

Розглядаючи суб'єктивні чинники розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи, варто зосередити увагу на віці людини. Вік людини є важливим чинником розвитку особистісного потенціалу, адже кожна вікова категорія представляє свої погляди на життя, діяльність [3]. Згідно з дослідженням А. Бадіона, Т. Дяченко, юний вік людини сприяє розвитку особистісного потенціалу, оскільки життєвий шлях лише починається, є багато надій на майбутнє, велике бажання отримати більше досвіду, інтерес до пізнання, розкриття власних ресурсів. У молодому віці людина зацікавлена в розвитку потенціалу задля самоствердження, конкурентоспроможності. Літнім людям розвиток особистісного потенціалу, на думку дослідників, потрібний заради продовження трудової діяльності, адже особистості поважного віку схильні до стабільності без кардинальних змін [3].

Значущим чинником розвитку особистісного потенціалу вчителя слід вважати стать. На думку Н. Самоукиної, процес розвитку особистісного потенціалу активізується частіше у чоловіків, які зацікавлені у кар'єрному

зростанні, самоствердженні, а жінки потребують стабільності, позитивної атмосфери, тому процес розвитку їхнього особистісного потенціалу знаходиться не на перших позиціях. Однак жінки, які зосереджені на кар'єрі, статусі, вирізняються сильним прагненням до розвитку своїх ресурсів [29].

Важливим чинником розвитку особистісного потенціалу вчителя початкових класів варто вважати гуманізм як визнання особою самоцінності інших людей, любов до них, служіння їм, а також як особливе ставлення до людини як найвищої цінності [9]. Да думку С. Жукова, застосовуючи гуманістичні принципи у професійній діяльності, вчитель формує внутрішню зібраність – резерв, що допомагає йому розробляти власну стратегію подолання труднощів у роботі, свідомо удосконалюючи себе [9].

Ключові фахові компетентності є основою розвитку особистісного потенціалу людини. С. Мартиненко зазначає, що фахова компетентність – це спосіб прояву внутрішнього особистісного потенціалу, поштовх до усвідомленого саморозвитку, система інтелектуальних, практичних, соціально-психологічних знань, умінь, навичок, що створюють підґрунтя для внутрішньої мотивації до самовдосконалення, стимулюють творчий підхід до професійної діяльності [23].

У системі суб'єктивних чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів не менш значущою є готовність до інновацій як стан особистості, за якого внутрішні детермінанти ефективності інноваційної діяльності досягли значного рівня [34]. У працях В. Чудакової особистість, що має розвинену готовність до інновацій, легко здійснює будь-який процес, пов'язаний з інноваційними діями. Неготовність до інновацій викликає стан опору, незадоволеності тощо [34].

Фасилітаційні здібності як чинник розвитку особистісного потенціалу вчителів початкових класів є властивостями особистості, що застосовуються для ефективної організації обговорення складної проблеми з оптимальним використанням часу [33]. Фасилітаційні здібності педагога допомагають учням усвідомити себе як самоцінність, розвинути прагнення до саморозвитку, самореалізації, самовдосконалення, особистісного зростання, розкрити пізнавальні здібності [33].

Серед зазначених чинників розвитку особистісного потенціалу важливою є обізнаність людини з особливостями розвитку потенціалу. Цей процес, за словами З. Курбанова, передбачає не лише знання сутності потенціалу, а й спроможність особистості орієнтуватися у механізмах його розвитку відповідно до змінних життєвих обставин. На думку вченого, розвиток особистісного потенціалу супроводжу-

ється певними етапами, закономірностями, розуміння яких розкриває внутрішній план дій щодо здійснення цього процесу, активізує почуття свободи вибору, актуалізує внутрішні резерви [18].

Невід'ємним чинником розвитку особистісного потенціалу людини є вміння працювати над собою. Для Г. Мешко робота над собою передбачає усвідомлення невідповідності Я-реального і Я-ідеального. Особистість, яка має ідеальний образ себе, здатна до самопізнання, самовдосконалення, готова застосувати будь-які дії без сторонньої допомоги задля власного розвитку, покладаючись лише на свої сили [24].

Об'єктивні чинники визначають зовнішні соціально-психологічні, професійні умови становлення властивостей. До них належать такі: місце проживання, освіта, стаж роботи, родинно-сімейні взаємовідносини, режим життєдіяльності, матеріально-побутові умови життя, особливості професійного середовища, технології вдосконалення тощо.

Серед чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи варто відзначити місце проживання людини. Згідно з результатами дослідження Д. Шушпанова проживання особистості у місті значною мірою підвищує шанс ефективно розкрити та активізувати потенціал, оскільки цьому сприяє високий рівень життя, можливості задовольнити матеріальні, духовні, соціальні потреби. У сільській місцевості, як зазначає автор, люди не мають таких можливостей, як у місті, для реалізації особистісного потенціалу, вони обтяжені важкою фізичною працею задля створення сприятливих умов життя [35].

Не менш значущим чинником розвитку особистісного потенціалу людини є освіта. Як зазначають Т. Кучера, Л. Насонова та В. Дейнека, процес освіти передбачає формування необхідних для практичної діяльності людини структур, методів, процедур свідомості, мислення. Автори вважають, що більший обсяг знань, умінь сприяє їхній кращій систематизації. Досягаючи необхідного рівня системності знань, людина отримує умови для саморозвитку, самоосвіти [19].

Стаж роботи як чинник розвитку особистісного потенціалу вчителів характеризується у працях С. Максимця. Автор зазначає, що спеціалісти зі стажем менше 10 років, перебуваючи на стадії адаптації та розвитку професіоналізму, потребують налагодження стосунків із колегами, спільної діяльності, очікують внутрішньої винагороди за роботу та її значущість, схильні до реалізації індивідуальних властивостей, здібностей, розкриття потенціалу задля досягнення високого результату у професії. На думку науковця, фахівці зі стажем більше 10 років не прагнуть до більшого

розкриття індивідуальних особливостей, адже вони мають стабільну професійну діяльність, сформовану професійну позицію, в цілому задоволені роботою, взаєминами з колегами тощо [22].

Чинником розвитку особистісного потенціалу вчителя є також родинно-сімейні відносини. На думку О. Бондарчук, Т. Вакуліч, сім'я, взаємовідносини її членів, структура, соціально-культурний, освітній рівень батьків забезпечують індивідуальне середовище для життя людини, фізичний, розумовий, емоційний, соціальний розвиток особистості тощо [4].

Розвиток особистісного потенціалу вчителів початкової школи залежить, на думку І. Залеського, М. Клименко, від режиму життєдіяльності людини, що ґрунтується на гармонійному поєднанні фізичних, розумових сил, збалансованого харчування, повноцінного і здорового відпочинку. Задля ефективної реалізації внутрішніх резервів людині потрібен задовільний фізичний стан. У процесі функціонування й забезпечення життєвих процесів організм витрачає велику кількість енергії, яку він отримує від збалансованого харчування. Оскільки розумова праця передбачає напруження нервової системи, гармонійне чергування фізичної та розумової діяльності сприяє нормальному функціонуванню організму людини. Автори зазначають, що довготривале порушення гігієни фізичної, розумової роботи, відпочинку спричинює різноманітні захворювання [11].

Згідно з дослідженням О. Ковалевської матеріально-побутові умови життя є важливим чинником розвитку особистісного потенціалу вчителя, адже вони визначають важливу складову частину комплексу характеристик якості життя. Матеріально-побутові умови, на думку авторки, впливають на здоров'я людини, можливість одержання освіти, працездатність, зумовлюють самореалізацію сучасної особистості. У цьому аспекті житло, що відповідає потребам людини, є найважливішим соціальним благом. Людина, яка володіє житлом, відчуває себе захищеною, впевненою, емоційно стабільною. Відсутність житла перешкоджає реалізації, зокрема, потреб безпеки. Отже, у такому разі потреба у розвитку особистісного потенціалу людини стає другорядною [13].

Серед важливих чинників розвитку особистісного потенціалу вчителя слід виокремити особливості професійного середовища, яке зосереджене в колективі співробітників, що об'єднані спільною діяльністю, метою, інтересами, стосунками, взаємодопомогою тощо [1]. Р. Акофф, Д. Магідсон, Г. Еддісон переконані, що професійний мікроклімат, міжособистісні стосунки у колективі зумовлені потребами особистості у спілкуванні, самовдосконаленні, самоствердженні в рамках колективу, профе-

сійною діяльністю, статусом. Інтенсивність розвитку особистісного потенціалу людини залежить від взаємовідносин членів колективу [1].

До значущих чинників розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи, на думку О. Ігнатюка, варто віднести технології вдосконалення, що передбачають систему психологічних, дидактичних, методичних процедур взаємодії суб'єктів удосконалення з урахуванням їхніх схильностей, здатностей [12].

У руслі такого погляду на психологічні чинники розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи існує необхідність описати вплив кожного з вищеназваних чинників, беручи до уваги той факт, що всі чинники взаємозалежні, мають спільні тенденції.

Таким чином, розвиток особистісного потенціалу людини залежить від впливу таких пов'язаних між собою чинників: об'єктивних, які визначаються зовнішніми, тобто соціально-психологічними та професійними, обставинами у становленні властивостей, характеристик особистості; суб'єктивних, які зумовлені внутрішньою позицією, індивідуальними здібностями, підготовкою особистості до розвитку потенціалу.

Отже, процес розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи залежить від впливу таких пов'язаних між собою чинників: суб'єктивних, які розкривають внутрішню позицію, індивідуальні спроможності, підготовку вчителя до розвитку потенціалу (вік, стать, гуманізм, фахові компетентності, готовність до інновацій, фасилітаційні здібності, обізнаність з особливостями розвитку особистісного потенціалу, вміння працювати над собою); об'єктивних, які визначають зовнішні соціально-психологічні, професійні умови становлення властивостей, здатностей особистості (місце проживання, освіта, стаж роботи, родинно-сімейні відносини, режим життєдіяльності, матеріально-побутові умови життя, особливості професійного середовища, технології вдосконалення тощо).

Перспективи подальших наукових пошуків убачаємо в розробці програми розвитку особистісного потенціалу вчителів початкової школи та експериментальній перевірці діагностичного інструментарію для вивчення рівня прояву досліджуваного явища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Акофф Р., Магисон Д., Эддисон Г. Идеализированное проектирование: как предотвратить завтрашний кризис сегодня. *Создание будущего организации*. Днепропетровск, 2007. 265 с.
2. Арендачук И.В. Личностный потенциал и социально-психологическая адаптированность как ресурс психологической готовности к риску. *Известия Саратовского университета*. 2015. Т. 4. № 3. С. 219–226.

3. Бадіон А.О., Дяченко Т.О. Мотивація персоналу в залежності від віку та освітньо-кваліфікаційного рівня на прикладі заводу ДП «ЗАВОД 410 ЦА». *Проблеми підвищення ефективності інфраструктури*. 2011. № 31. С. 222–228.
4. Бондарчук О.І., Вакуліч Т.М. Психологія девіантної поведінки. Київ, 2010. 230 с.
5. Бібік Н.М. Нова українська школа: поради для вчителя. Київ, 2018. 160 с.
6. Деркач А., Зазыкин В. Акмеология : учебное пособие. Санкт-Петербург, 2003. 256 с.
7. Дмитриева Н.Б. Психология здоровья личности. Казань, 2010. 44 с.
8. Жигимонт С.Н., Лобанова А.В., Молчанова Е.В. Личностный потенциал и социальная адаптированность личности: социально-психологический подход. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*. 2016. № 7 (4). С. 699–701.
9. Жуков С.М. Гуманізм як феномен, як світоглядний принцип нової парадигми освіти; гуманістичне виховання, становлення підростаючої особистості. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2011. Вип. 9. С. 37–46.
10. Жукова С.В. Личностный потенциал как психо-педагогическая категория. *Международный журнал экспериментального образования*. 2015. № 4. С. 109–110.
11. Залеський І.І., Клименко М.О. Екологія людини. Рівне, 2013. 385 с.
12. Ігнатюк О.А. Теоретичні та методичні основи підготовки майбутнього інженера до професійного самовдосконалення в умовах технічного університету : дис. ... докт. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2009. 562 с.
13. Ковалевська О.П. Житлові умови в системі характеристик якості життя. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2011. № 3. С. 5.
14. Костылева А.А. Овчарова Р.В. Влияние личностного потенциала педагога на диалог в педагогическом общении. Курган, 2012. 128 с.
15. Косырев В.Н. Методология, состояние и перспективы исследования проблемы личностного потенциала. *Социально-экономические явления и процессы*. 2011. № 5–6. С. 356–361.
16. Кузнецов А.Г., Селезнева С.М. Факторы развития акмеологического потенциала менеджера. *Вестник Южно-Уральского государственного университета*. 2012. № 45. С. 12–19.
17. Кузьмина С.В., Власихина Н.В. Развитие личностного потенциала студента с позиции компетентного подхода. *Вестник Нижегородского государственного университета им. Н.И. Лобачевского*. 2013. № 3 (1). С. 26–32.
18. Курбанов З.А. Діагностика та формування у співробітників органів внутрішніх справ мотивації професійного самовдосконалення. Херсон, 2005. 91 с.
19. Кучера Т.Н., Насонова Л.І., Дейнека В.В. Філософія освіти : навчальний посібник. Харків : ХНМУ, 2015. 63 с.
20. Ляшенко О.І. Пріоритети розвитку української школи в умовах реформування освіти. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка*. 2016. Вип. 22. С. 39–42.
21. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ, 2006. 240 с.
22. Максимець С.М. Психологічні особливості професійної мотивації педагога. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи* : матеріали шостої Міжнародної наук.-практ. конф. / за ред. Саух І.В. Житомир, 2012. С. 423–428.
23. Мартиненко С.А. Професійна компетентність як складова професіоналізму особистості: психолого-педагогічний аспект. *Проблеми сучасної педагогічної освіти*. 2013. Вип. 40 (2). С. 128–132.
24. Мешко Г.М. Вступ до педагогічної професії. Київ, 2010. 200 с.
25. Москальова А.С. Психологічні особливості особистісного потенціалу подолання професійних криз керівниками загальноосвітніх навчальних закладів. *Вісник післядипломної освіти*. 2016. Вип. 2. С. 61–75.
26. Новик Л.М. Психологічні чинники розвитку суб'єктності в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2015. 20 с.
27. Пезешкиан Н., Пезешкиан Х. Позитивная психотерапия – транскультуральный и междисциплинарный подход. *Обзор психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева*. 1993. № 4. С. 63–77.
28. Раздужева Т.А. Психологические особенности формирования личностного потенциала сотрудников лечебно-профилактических учреждений. URL: <https://pgu.ru/upload/iblock/3ed/10.pdf> (дата звернення: 15.11.2021).
29. Самоукина Н.В. Эффективная мотивация персонала при минимальных финансовых затратах. Москва : Вершина, 2006. 224 с.
30. Селигман М. Новая позитивная психология. София, 2006. 368 с.
31. Татенко В.О. До питання про соціально-психологічний потенціал суб'єктно-вчинкового підходу. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2013. Вип. 4. С. 204–225.
32. Хватова М.В. Концепція розвитку акмеологічних ресурсів психологічного здоров'я молоді : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.13. Тамбов, 2012. 554 с.
33. Хілько С. Особливості формування фасилітаційної позиції майбутнього психолога в системі післядипломної педагогічної освіти. URL: http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/pislya_diplom_osvina/1_2016/ХИЛЬКО.pdf (дата звернення: 15.11.2021).
34. Чудакова В.П. Науково-методичне забезпечення формування готовності педагогів до інноваційної діяльності». *Освіта і розвиток обдарованої особистості*. 2012. № 3–4. С. 186–205.
35. Шушпанов Д.Г. Суспільне здоров'я як чинник реалізації людського потенціалу України. URL: https://www.academia.edu/6789686/314.174_PUBLIC_HEALTH_AS_A_FACTOR_IN_THE_REALIZATION_OF_HUMAN_POTENTIAL_IN (дата звернення: 15.11.2021).

ЕМОЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ У СТРУКТУРІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

EMOTIONAL COMPONENT IN THE STRUCTURE OF PSYCHOLOGICAL CULTURE OF STUDENTS OF SOCIONOMIC SPECIALTIES

У статті розкрито особливості «професійної допомоги», тобто спеціальностей соціономічного профілю (типу «людина – людина»), що орієнтовані на надання різнопланової допомоги клієнтам. Визначено важливість та зміст емоційного компонента в структурі психологічної культури. Охарактеризовано основні його показники. Проаналізовано поняття емоційної обізнаності, емоційної гнучкості, самомотивації довільного управління власними емоціями, емпатійності, розпізнавання емоцій інших людей та глибини переживань. Описано методику діагностики емоційного інтелекту, яка розроблена для виявлення здатності управляти власною емоційною сферою на основі вольової саморегуляції, та особливості її застосування. Вказано, що емоційний компонент психологічної культури визначається за допомогою двох критеріїв – регуляції власних емоцій та впливу на емоції інших. Відповідно до окреслених критеріїв виділено такі показники: регуляцію власних емоцій (емоційна обізнаність, самомотивація довільного управління власними емоціями, глибини переживань); вплив на емоції інших (емоційна гнучкість, емпатійність, розпізнавання емоцій інших людей). Проаналізовано результати емпіричного дослідження, в якому встановлено вираженість показників емоційного інтелекту у групах досліджуваних із високим і низьким рівнями психологічної культури, вивчено їх психологічні особливості. Встановлено, що особи з високим рівнем психологічної культури мають розвинену здатність керувати своїми емоціями, вміють приймати свої почуття, глибоко усвідомлюють власний психоемоційний стан у даний момент. Представникам даної групи в цілому характерний високий рівень розвитку емоційного інтелекту. Особам з низьким рівнем психологічної культури властива імпульсивність, низька здатність усвідомлювати та управляти своїми емоціями і почуттями, застрягання на переживанні негативних емоцій, життєвих труднощів, низький рівень емоційного інтелекту в цілому.

Ключові слова: психологічна культура, емоційний інтелект, емоційна зрілість, емпатійність, емоційна гнучкість, глибини переживань.

The article reveals the features of "occupations that help", specialties socionomic profile (type "man – man") that are aimed at providing multifaceted assistance to clients. Determined the importance of an emotional component in the structure of psychological culture, its content and the basic indicators are characterized. The concept of emotional awareness, emotional flexibility, self-motivation, arbitrary management of own emotions, empathy, emotion recognition the other people and deepness of anxiety were analysed. Was described the diagnosis method of emotional intelligence that was produced to identify the ability to manage its own emotional area on the basis of strong-willed self-regulation, and the specificity of its application. Emotional component of psychological culture was determined by two criterions: regulation of own emotions and influence on emotions of others. According to the following conditions have been highlighted: the regulation of own emotions (emotional awareness, self-motivation of arbitrary management of own emotions, depth of anxiety); the influence on the emotions of others is emotional flexibility, empathy, recognition emotions of other people. Were analysed the results of empirical research, in what established the severity of emotional intelligence in studied groups with high and low levels of psychological culture and also was learnt their psychological features. It has been established that individuals with a high level of psychological culture have a developed ability to manage their emotions, they are able to accept their feelings, deeply realize their own psycho-emotional state at the moment; representatives of this group in general have a high level of development emotional intelligence. Persons with low level of psychological culture is characterized by impulsivity, low ability to realize and manage their emotions and feelings, stuck on the experiences of negative emotions, life difficulties, low level of emotional intelligence as a whole.

Key words: psychological culture, emotional intelligence, emotional maturity, empathy, emotional flexibility, depth of experience.

УДК 159.92:364–43
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.13>

Гусак В.М.

к.психол.н.,
в.о. доцента кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

А. Гуггенбуль-Крейг вважає, що «професійної допомоги» орієнтовані на надання різнопланової допомоги людині і відрізняються від інших своєю багатоплановістю і трудомісткістю. Спеціальності соціономічного профілю (типу «людина – людина»), до яких належать фахи психолога і соціального працівника, передбачають бачення особистості у центрі системи цінностей фахівця і вимагають від них розвинених професійно важливих якостей, високого рівня особистісної зрілості та психологічної культури. Особливого значення для якісного виконання професійних обов'язків у роботі

з клієнтами набуває емоційний компонент психологічної культури та його показники.

Питанню структурних компонентів психологічної культури присвячені праці Я.Л. Коломінського, Л.С. Колмогорової, О.І. Моткова, Г.О. Балла, О.В. Пузікової, В.О. Аристової, О.Г. Видри, Н.Ю. Певзнер, Н.В. Пророк, В.В. Семикіна, Н.І. Ісаєвої, В.В. Рибалки, Т.Б. Тарасової тощо. Дослідження емоційного інтелекту, емоційної зрілості та саморегуляції знаходимо у роботах Д. Гоулмана, Дж. Мейєра, П. Саловея, Є.П. Ільїна, І.М. Андреевої, І.Г. Павлової, М.А. Півень, О.Я. Чебікіна, О.П. Саннікової,

О.А. Чудіної, Ю.В. Саєнко та ін. Проте проблема впливу емоційного компоненту психологічної культури на розвиток її показників у студентів соціономічних спеціальностей недостатньо розкрита у психологічних джерелах. З цим пов'язаний вибір теми даної публікації.

Емоційний компонент психологічної культури розглядається як здатність до саморегуляції, управління своїми емоціями, почуттями та станами, що проявляється в емоційній рівноваженості, психологічній стійкості до емоційного впливу, стресостійкості, позитивному ставленні до життя у цілому. Ідеться про такий рівень розвитку емоційної сфери фахівця, що передбачає здатність володіти собою, адекватну емоційну реакцію на різні ситуації, яка дозволяє завершити початі справи, емоційний досвід, що сприяє психологічно конструктивному розв'язанню особистісно-професійних конфліктів [4, с. 48–49; 5, с. 29]. Усвідомлення власних емоційних реакцій, станів, які вказують на власне ставлення до подій, сприяє підвищенню комунікативних навичок, побудові конструктивних міжособистісних взаємин, підвищенню якості професійної діяльності та рівня соціальної адаптації в цілому [7, с. 157].

На основі аналізу досліджень І.М. Андрєєвої, Д. Гоулмана, Є.П. Ільїна, Дж. Мейєра, І.В. Могилей, П. Саловея, Ю.В. Саєнко, О.П. Саннікової, І.Г. Павлової, М.А. Півень, О.Я. Чебикіна, О.А. Чудіної та ін. розглянемо основні показники емоційного компоненту психологічної культури, що здійснюють взаємний вплив один на одного. Ідеться про такі показники, як емоційна грамотність (обізнаність), емоційна гнучкість, самомотивація довільного управління власними емоціями, емпатійність, розпізнавання емоцій інших людей та глибинність переживань.

Емоційна грамотність включає в себе рефлексію своїх емоційних переживань, адекватне усвідомлення та розуміння емоцій і внутрішнього стану «тут та зараз» та причин їх виникнення. Емоційна обізнаність передбачає постійне поповнення власного емоційного словника, чутливість до себе, усвідомлення себе автором переживання, розпізнавання почуттів через тілесні відчуття, здатність їх називати, вміння передбачати обставини, що можуть їх викликати, а також наслідки певних емоційних реакцій [7, с. 158; 9].

Емоційна гнучкість як здатність керувати власними емоціями заснована на усвідомленні відповідальності за свої емоційно-почуттєві переживання та вільному вираженні заблокованих емоцій. Це робить особистість господарем власних почуттів. Емоційна саморегуляція базується на безумовному прийнятті своїх аутентичних емоційних переживань, що проявляється у здатності їх спонтанно й адекватно виражати у певній ситуації. Відмова від конт-

ролю над протіканням своїх емоційних переживань у разі їх неприємності або соціальної небажаності, що виражається у їх ігноруванні, блокуванні та придушенні, допомагає досягти свободи й аутентичності, стати собою [3].

Самомотивація довільного управління власними емоціями розглядається як вміння мотивувати себе до розвитку емоційного інтелекту та емоційної зрілості. Це сприяє емоційному та інтелектуальному зростанню. Емоційно зріла особистість здатна не лякатися і не уникати різноманітних емоцій, витримуючи їх тягар та відчуваючи себе безпечно, залишатися стійкою до сильних емоційних переживань без шкоди для неї самої, інших людей, професійної діяльності. Спектр чуттєвих переживань особистості може обмежувати надмірний контроль над власною емоційною експресивністю, що може призвести до недостатнього усвідомлення емоцій. Натомість вагомим показником емоційної зрілості виступає здатність відкрито, спонтанно і природно виражати пережиті емоції без їх гальмування і стримування [6; 13].

Емпатійність є одним з найважливіших показників емоційного компоненту психологічної культури. Емпатія визначається як розуміння емоційних переживань іншої людини за допомогою вербальних та невербальних сигналів, таких як інтонування голосу, жести, міміка, пантоміміка; усвідомлене співпереживання поточного емоційного стану інших людей з урахуванням його зовнішнього походження; співчутливе проникнення у внутрішній світ людини та готовність надати підтримку. Емпатійність як властивість особистості [10, с. 38] передбачає чуйність, теплоту, м'якість характеру, вміння співпереживати, відчувати настрій, «вживатися» в емоційний тон інших людей, дивитися на світ їхніми очима [8, с. 187]. Крім того, емпатійність передбачає здатність проникати в емоційну сферу партнера зі спілкування, радіти його досягненням та успіхам, розуміти переживання, емоційно відгукуватися на них. У процесі щирого співпереживання фахівця «професії допомоги» клієнту варто уникати гіперсензитивності, що може призвести до синдрому вигорання.

Під розпізнаванням емоцій інших людей мається на увазі вміння на основі спостереження за емоційною експресією аналізувати, усвідомлювати емоційні прояви та стани оточуючих, а також керувати ними, впливаючи на емоційний стан клієнтів під час вирішення їхніх проблем. Виникнення резонансу емоційних переживань працівника соціономічного профілю під час роботи з клієнтом відбувається за рахунок його конгруентності та емпатійності, які передбачають адекватне сприймання пред'явлених емоцій співрозмовника, сензитивність до зворотного зв'язку, перевірку автентичності виявлених почуттів та вмотивування клієнта до

цілісності його переживань та щирого саморозкриття [10, с. 40–41].

Глибинність переживань передбачає гармонізацію зі світом та проживання описаних А. Маслоу «пікових» і «плато»-переживань. Вказані переживання викликаються сприйняттям цілісної особистості, що спричиняє подібне до благоговіння почуття від сприйняття унікального і цінного духовного світу [11, с. 322]. До глибинних переживань належать такі: глибокі релігійні почуття, осягнення краси творів людського розуму та природи, потужне почуття любові, гордість за результати людської творчості, а також інтелектуальне задоволення від самопізнання та інтересу до внутрішнього світу інших людей [3]. Емоційний компонент психологічної культури у цілому забезпечує задоволеність вибраною професією, що виражається в особливому ставленні майбутнього фахівця соціономічного профілю до своєї професійної діяльності та клієнта.

В емпіричному дослідженні показників емоційного інтелекту та психологічної культури взяли участь студенти спеціальностей «Психологія» та «Соціальна робота» 1–5 курсів навчання Чорноморського національного університету імені Петра Могили (м. Миколаїв), Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського та Херсонського державного університету. Загальна кількість досліджуваних становила 267 осіб віком 17–23 роки. За результатами діагностики із загальної вибірки студентів були відібрані групи з високим рівнем психологічної культури, до якої увійшло 86 осіб, та з низьким рівнем – 65 осіб.

Емоційний компонент психологічної культури визначався за допомогою двох критеріїв – регуляції власних емоцій та впливу на емоції інших. Відповідно до окреслених критеріїв були виділені такі показники: регуляція власних емоцій (емоційна обізнаність, самомотивація довільного управління власними емоціями, глибинність переживань); вплив на емоції інших (емоційна гнучкість, емпатійність, розпізнавання емоцій інших людей).

У дослідженні був використаний адаптований О.Г. Видрою варіант методики «Психологічна культура особистості» О.І. Моткова [1, с. 208–214] та «Методика діагностики емоційного інтелекту» Н. Холла [12, с. 57–59] з метою визначення рівня розвитку емоційного компоненту психологічної культури за критеріями регуляції власних емоцій та впливу на емоції інших. Остання методика дозволяє виявити здатність особистості керувати власною емоційною сферою на основі вольової саморегуляції, містить 30 тверджень та 5 таких шкал: «емоційна обізнаність», «емоційна гнучкість» («управління власними емоціями»), «емпатія», «вміння впливати на емоційний стан інших людей» («розпізнавання емоцій інших людей»), «самотивація довільного управління власними емоціями».

Окремо за кожною шкалою відповідно до ключа [12, с. 59] підраховується сума балів з урахуванням знаку відповідей. Загальний рівень емоційного інтелекту визначає сумарна кількість балів за усіма шкалами.

У багатьох роботах психологи акцентують увагу на визначальній ролі емоційного інтелекту в досягненні успіху у сфері професійної діяльності, міжособистісних стосунків, психологічного благополуччя особистості та психологічної культури [1; 5; 7; 8; 11; 13]. У цілому емоційний інтелект включає внутрішній інтелект і міжособистісний інтелект, які проявляються у таких компонентах: сприйманні, оцінці та вираженні емоцій, емпатичному ставленні до інших, переживанні емоцій для підвищення ефективності мислення, усвідомленні й аналізі емоційно забарвленої інформації співрозмовника та свідомій регуляції власних емоцій. Ми припустили, що саме ці складові частини емоційного інтелекту можуть впливати на розвиток психологічної культури особистості.

Метою вказаного емпіричного дослідження було встановлення вираженості показників, які, на нашу думку, впливають на прояв психологічної культури майбутніх фахівців соціономічних професій (психологів та соціальних працівників). Нам необхідно було виявити рівень емоційного інтелекту у групах досліджуваних із високим і низьким рівнями психологічної культури.

Пакет програмного забезпечення SPSS 21.0 for Windows дозволив обробити дані. Статистичну достовірність відмінностей підтверджено за допомогою перевірки за t-критерієм Стьюдента. Результати наведені у таблиці 1.

Таблиця 1
Статистично достовірні відмінності вираженості показників емоційного інтелекту

Емоційний інтелект	Показники	Високий рівень		Низький рівень		t-критерій
		М	σ	М	σ	
	ЕО	10,35	5,82	6,93	6,33	-4,21**
	УВЕ	2,73	6,41	-2,43	6,65	5,88**
	См	9,19	5,33	3,38	6,43	7,49**
	емп.	11,63	3,83	7,91	5,70	6,00**
	РЕІЛ	10,73	4,39	7,33	5,94	5,01**
	IPEI	8,93	3,47	4,63	4,34	8,35**

Примітки. Умовні скорочення: М – середнє арифметичне значення показника; σ – стандартне відхилення; t – значення t-критерія Стьюдента; позначка * – статистично достовірні відмінності на рівні $p \leq 0,05$; позначка ** – статистично достовірні відмінності на рівні $p \leq 0,01$; ЕО – емоційна обізнаність; УВЕ – управління власними емоціями; См – самотивація; емп. – емпатія; РЕІЛ – розпізнавання емоцій інших людей; IPEI – інтегральний рівень емоційного інтелекту.

Як показано у таблиці, відмінності достовірні за показниками «емоційна обізнаність» (ЕО) ($t=-4,21, p<0,01$), «управління власними емоціями» (УВЕ) ($t=5,88, p<0,01$), «самотивація» (См) ($t=7,49, p<0,01$), «емпатія» (емп.) ($t=6,00, p<0,01$), «розпізнавання емоцій інших людей» (РЕІЛ) ($t=5,01, p<0,01$), «інтегральний рівень емоційного інтелекту» (ІРЕІ) ($t=8,35, p<0,01$).

Діагностика у визначених групах виявила наявність розбіжностей у характеристиках емоційного інтелекту, які наочно відображені на рисунку 1.

Як показано на рисунку, всі показники емоційного інтелекту групи досліджуваних з високим рівнем психологічної культури (ПК max) свідчать про те, що їм у цілому властивий високий рівень розвитку емоційного інтелекту (ІРЕІ=11). Представники даної групи мають розвинену здатність керувати своїми емоціями і почуттями, здатні приймати їх, глибоко усвідомлювати власний психоемоційний стан в поточний момент часу. У них є розуміння того, що відбувається в навколишньому світі, завдяки чому у них проявляється емоційна гнучкість, здатність до управління своєю поведінкою (ЕО=13). Вони демонструють вміння легко розпізнавати емоції інших людей, розуміти їхній емоційний стан на основі зовнішніх проявів емоцій (міміка, жестикуляція, звучання голосу) і/або інтуїтивно розуміти почуття партнера за спілкуванням. Їм притаманна здатність зрозуміти позицію, уявляти світ очима іншої людини. Вони мають достатньо розвинений механізм ідентифікації. Для цього потрібно орієнтуватися на іншу людину та мати з нею сильний емоційний зв'язок (РЕІЛ=12). Також вони здатні до співпереживання, розуміння емоційного стану партнерів, що виражається

в гуманному ставленні до інших. Вони демонструють високий рівень міжособистісної симпатії, схвальне емоційне ставлення до співрозмовників. Симпатія проявляється у привітності, відкритості під час взаємодії, емпатичному ставленні, наданні допомоги на основі спільних поглядів та інтересів (емп.=12). Представникам даної групи притаманна висока мотивація, здатність використовувати свої емоції для досягнення поставленої мети (СМ=11).

Для представників групи з низьким рівнем психологічної культури (ПК min) характерна низька здатність керувати своїми емоціями і почуттями, імпульсивність, низький самоконтроль, недостатнє усвідомлення власних емоційних станів і почуттів інших людей. Емоції часто заважають досягненню мети (УВЕ=-4). Їм притаманні такі риси: нетерпимість до інших позицій, поглядів, цінностей, способу життя, низька спостережливість у спілкуванні, відсутність установки на позитивне, оптимістичне сприйняття себе та інших людей, життя в цілому. Вони демонструють низьку самотивацію, схильні зазнавати труднощів за необхідності керування власними емоціями. Їм також властиві такі риси: фіксація на переживанні негативних емоцій, недостатньо виражений самоконтроль почуттів та поведінки в конфліктних ситуаціях. Під час переживання життєвих негараздів у них відсутня здатність відновлювати спокій (СМ=1; ЕО=5). Такі студенти мають низьку здатність розуміти емоційний стан людини, ідентифікувати його, встановлювати сам факт наявності емоційного переживання у іншої людини. Вони не розуміють причин, що викликали цю емоцію, і наслідків, до яких вона може призвести (РЕІЛ=6). Вони мають знижену здатність до емпатичного співпереживання іншим людям,

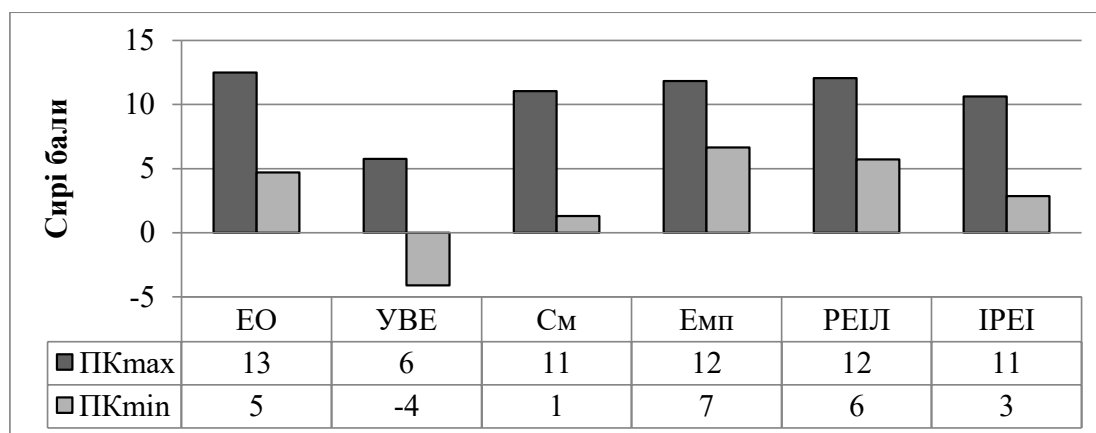


Рис. 1. Гістограма показників емоційного інтелекту в групах з низьким (ПК min) і високим (ПК max) рівнем психологічної культури

Примітки. Умовні скорочення: ЕО – емоційна обізнаність; УВЕ – управління власними емоціями; См – самотивація; емп. – емпатія; РЕІЛ – розпізнавання емоцій інших людей; ІРЕІ – інтегральний рівень емоційного інтелекту.

зосереджені на власних почуттях, що проявляється в неадекватному реагуванні на настрої інших людей (емп.=7). У цілому представники даної групи демонструють низький рівень емоційного інтелекту.

Проведений за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 for Windows аналіз даних дозволив виявити співвідношення між рівнем психологічної культури та рівнем емоційного інтелекту у студентів соціономічних спеціальностей. У вибірці дослідження були виокремлені групи респондентів з високим і низьким рівнями прояву психологічної культури. На основі проведення порівняльного аналізу результатів тестування груп досліджуваних із високим і низьким рівнями психологічної культури при перевірці за t-критерієм Стьюдента була підтверджена статистична достовірність відмінностей за вказаними показниками. Ми охарактеризували властивості таких студентів.

Встановлено, що особам з високим рівнем психологічної культури в цілому характерний високий рівень розвитку емоційного інтелекту. Вони мають розвинену здатність до управління власними емоціями, вміють приймати свої почуття, глибоко усвідомлюють власний психоемоційний стан у конкретний момент часу. Особам з низьким рівнем психологічної культури властивий низький рівень емоційного інтелекту в цілому, імпульсивність, низька здатність до усвідомлення та керування своїми почуттями, застрягання на переживанні негативних емоцій.

Перспектива подальших досліджень полягає у розробці та впровадженні ефективної технології підвищення рівня емоційного компоненту психологічної культури студентів соціономічних спеціальностей у закладі вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Видра О.Г. Психологічна культура майбутніх вчителів трудового навчання: дослідження та розвиток. *Розвиток психологічної культури учнівської молоді в системі неперервної професійної освіти* : навчально-методичний посібник / за ред. В.В. Рибалки. Київ : ІПППО АПН України, 2005. С. 206–221.
2. Гусак В.М. Формування професійно-психологічної культури майбутніх соціальних працівників в умовах університетської освіти : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Чорноморський національний університет ім. П. Могили. Миколаїв, 2020. 264 с.
3. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. Москва : Смысл, 1999. 425 с.
4. Могилей І.В. Емоційна культура студентів педвузу. Чому вона низька? *Педагогіка толерантності*. 1999. № 2. С. 47–52.
5. Особливості формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві : монографія / ред. Н.В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 200 с.
6. Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2005. 19 с.
7. Півень М.А. Структура емоційної зрілості особистості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2014. Вип. 47. С. 156–163.
8. Пророк Н.В. Психологічна культура і професійно важливі якості. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми* : матеріали Всеукр. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 31 травня 2018 р. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2018. С. 184–188.
9. Саенко Ю.В. Техники и приемы регуляции эмоций. *Вопросы психологии*. 2010. № 3. С. 83–93.
10. Саннікова О.П. Конгруентність як інтегральна властивість особистості психолога. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 2. С. 36–41.
11. Тарасова Т.Б. Психологічна культура особистості як актуальний виклик сьогодення. *Світогляд – Філософія – Релігія* : збірник наукових праць Української академії банківської справи НБУ. 2013. Вип. 4. С. 315–324.
12. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Изд-во Института психотерапии, 2005. 490 с.
13. Чебикін О.Я., Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці. *Наука і освіта: науково-практичний журнал*. 2005. № 5–6. С. 180–186.
14. Salovey P., Mayer J.D. Some final thoughts about personality and intelligence. *Personality and intelligence* / Eds. R.J. Sternberg, P. Ruzgis. New York : Cambridge University Press. 1994. P. 303–318.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДЕПРЕСІЇ У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF DEPRESSION IN OLDER ADOLESCENTS

Статтю присвячено вивченню проявів депресії у старшому підлітковому віці. Особливості ритму сучасного життя, економічна нестабільність, погіршення екологічної ситуації, психоемоційні навантаження – все це сприяє зниженню якості життя, що згодом призводить до депресивних станів. Депресія належить до психічних захворювань. До неї схильні не тільки дорослі, а й діти. Проблема вивчення депресивних станів у підлітковому віці є досить актуальною, оскільки в цей період депресія часто проявляється у стерпій формі, залишається нерозпізнаною, що може спровокувати суїцидальний намір.

У зв'язку з цим рання діагностика розладів поведінки у дитячому та підлітковому віці та своєчасне використання методів психолого-педагогічної корекції допомагають позбавити підростаюче покоління депресивних станів та покращити показники психічного та психологічного здоров'я.

З огляду на актуальність проблеми метою дослідження є вивчення особливостей прояву депресії у старших підлітків залежно від їхніх індивідуальних особливостей.

У процесі дослідження виявлено, що під час депресивних станів у підлітків страждають практично всі сфери особистості, зокрема емоційна, інтелектуальна, мотиваційна та волевовла. Це проявляється як суб'єктивно (у скаргах), так і об'єктивно (у змінах поведінки). Стійке зниження настрою впливає на втрату інтересу до всього, що раніше подобалося та принесило задоволення.

Встановлено, що практично всі старші підлітки схильні до депресивного стану: у 32% респондентів депресія перебуває на високому рівні, у 50% – на середньому, а у 18% вона відсутня. Також виявлено, що найчастіше вона простежується у дівчат віком 15–16 років та у юнаків віком 16–17 років. Виникнення депресії тісно пов'язане з такими індивідуальними особливостями, як емоційна нестабільність, демонстративність, екзальтованість (у дівчат), дратівливість, реактивна агресія, відкритість та схильність до суїцидальної поведінки (у юнаків).

Ключові слова: депресія, депресивний стан, суїцидальна поведінка, особистісні, вікові та гендерні особливості.

The article is devoted to the problem of studying depressive states in older adolescence.

Features of the rhythm of modern life, economic instability, environmental degradation, psycho-emotional overload all contribute to a decrease in the quality of life, which subsequently leads to the emergence of depressive conditions. Depression is a mental illness and affects not only adults, but also children. The problem of studying depressive states in adolescence is quite relevant, since during this period it often manifests itself in an erased form, remains unrecognized, which can provoke suicidal behavior.

In this regard, early diagnosis of behavioral disorders in childhood and adolescence, the timely use of methods of psychological and pedagogical correction helps to relieve the younger generation of depressive conditions and improve the indicators of mental and psychological health.

Given the urgency of the problem, we set ourselves the goal of studying the features of the manifestation of depression in older adolescents, depending on their individual characteristics.

In the course of the study, it was revealed that with depressive states in adolescents, almost all spheres of personality suffer, in particular, emotional, intellectual, motivational and volitional, this manifests itself both subjectively (in complaints) and objectively (in changes in behavior). A persistent decrease in mood affects the loss of interest in everything that was previously liked and enjoyed.

It was found that almost all older adolescents are prone to a depressive state: 32% of respondents have a high level of depression, 50% have an average level, and 18% have no depression. It was also revealed that it is most clearly traced in girls aged 15–16 years and in boys aged 16–17 years. The onset of depression is closely related to such individual characteristics as: emotional lability, demonstrativeness, exaltation (in girls), irritability, reactive aggressiveness, openness and a tendency to suicidal behavior (in boys).

Key words: depression, depressive state, suicidal behavior, personality, age and gender characteristics.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.14>

Денисенко А.О.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології розвитку і соціальних комунікацій

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Свтушек В.В.

магістрантка

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Особливості ритму сучасного життя, економічна нестабільність, погіршення екологічної ситуації, психоемоційні навантаження – все це сприяє зниженню якості життя, що згодом призводить до виникнення депресивних станів. Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я депресією страждає близько 5–8% населення земної кулі, а найближчим часом очікується значне поширення даного захворювання, що може вивести його на друге місце серед інших хвороб.

Вивчення депресивних станів у підлітковому віці є досить актуальною проблемою, оскільки найчастіше вони проявляються у стерпій формі,

що ускладнює їхнє розпізнавання [1; 11]. У цей період завершується всебічний розвиток особистості та закріплюються певні особливості поведінки. Наявність таких рис, як брехливість, агресивність, жорстокість, тривожність, егоїстичність, неврівноваженість, дратівливість, замкнутість, байдужість, а також емоційних зривів часто навколишні розцінюють як розлад поведінки у підлітків. Однак багато дорослих не визнає той факт, що присутність цих якостей часто є закликом до допомоги у розв'язанні дитячих проблем, з якими вони не можуть упоратися, оскільки світ дитинства вони вже покинули, а в дорослий світ для них ще зачинені двері.

Згідно з епідеміологічними даними [12; 14] середній вік хворих на депресію становить 14 років, її поширеність у 15–20 років становить 8–20%, а з віком схильність до депресивних розладів лише збільшується, що підтверджується суїцидальними намірами серед дівчат та юнаків віком 15–25 років [9].

Отже, рання діагностика розладів поведінки у дитячому та підлітковому віці та своєчасне використання методів психолого-педагогічної корекції допомагають позбавити підростаюче покоління депресивних станів та покращити показники психічного та психологічного здоров'я.

Проаналізувавши великий масив публікацій, можемо констатувати таке: у депресивних підлітків простежується високий рівень тривожності набагато частіше, ніж у здорових [2]; на виникнення депресивного стану у підлітковому віці значно впливають міжособистісні проблеми (у дівчат) та негативна оцінка власної ефективності (у юнаків), що сприяє виникненню суїцидального наміру у 20% підлітків [3]; у формуванні депресивних станів у підлітків переважають такі чинники, як спадкова обтяженість, преморбідні акцентуації, батьківський пресинг, конфлікти з батьками та однокласниками [8]; стани депресії та тривоги супроводжуються значними змінами у сприйнятті та переробленні інформації, що призводять до розвитку нервово-психічної дезадаптації та посилення переживань депресивного та суїцидального характеру [13]; депресія є типовим передсуїцидальним станом, стимулом якого є стресова ситуація [5]; здебільшого до суїциду призводять сімейні конфлікти (50%), а також конфлікти з однолітками, нерозділене кохання (13%) або шкільні конфлікти (8%) [4]; виникнення депресії у ранньому віці значно впливає на розвиток біполярних розладів [10]. Н.А. Мазаєва, Н.Є. Кравченко вважають, що підліткові депресії характеризують гетерогенні стани, які простежуються в ендогенних афективних розладах та патології шизофренічного кола [6].

З огляду на актуальність проблеми метою дослідження є визначення проявів депресії

у старших підлітків залежно від їхніх індивідуальних особливостей.

У роботі ми застосовували комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовувалися такі методи: спостереження, стандартизовані питальники, бесіди та експертні оцінки. Аналіз отриманих результатів здійснювався за допомогою комплексу сучасних методів математичної статистики (Pearson).

Дослідження індивідуально-психологічних властивостей та акцентуацій характеру здійснювалося за допомогою методик, запропонованих Й. Фаренбергом, Х. Заргом, Р. Гампелом, К. Леонгардом. Оцінка рівня самотності, суїцидальної поведінки та самоконтролю у спілкуванні здійснювалась за допомогою методик Д. Расела, М. Фергюсона, Б. Любан-Плоцца, М. Снайдера [7].

Емпіричне дослідження проводилось дистанційно серед 60 старших підлітків (15 дівчат та 15 юнаків у віці 15–16 років, 15 дівчат та 15 юнаків у віці 16–17 років).

За допомогою аналізу отриманих даних (див. табл. 1) ми встановили, що високий рівень депресії простежується у 32% респондентів загальної вибірки, а у 18% дівчат та юнаків вона перебуває на низькому рівні.

Дані, представлені в таблиці 1, показали, що середній рівень депресії у старших підлітків незалежно від їхніх вікових та гендерних особливостей залишається практично незмінним.

З огляду на мету роботи були вивчені індивідуальні прояви та вікові особливості дівчат та юнаків, які, можливо, впливають на виникнення у них депресії. Для цього ми умовно поділили наших респондентів на дві підгрупи. До першої підгрупи увійшли дівчата та юнаки з середнім рівнем депресії, до другої – з високим рівнем.

Аналіз у підгрупі респондентів з високим рівнем депресії засвідчує, що у дівчат та юнаків у віці 15–17 років на провідних позиціях знаходяться такі показники, як гіпертимність (81,8%), невротичність (77,2%), дратівливість (77,2%), відкритість (68,1%), реактивна

Таблиця 1

Рівень депресії у старших підлітків

Респонденти (стать, вік)	Рівні депресії (%)		
	низький	середній	високий
загальна вибірка	18	50	32
дівчата (15–17 років)	22,4	43	34,6
юнаки (15–17 років)	30,4	43	26,6
дівчата (15–16 років)	14	47,6	38,4
юнаки (15–16 років)	28,7	48	23,3
дівчата (16–17 років)	16,3	53	30,7
юнаки (16–17 років)	12,4	53	40,6

агресія (63,6%), сором'язливість (59%), емоційна нестабільність (59%), фемінізм (54,5%), екзальтованість (40,9%), відчуття самотності (38,6%), низький самоконтроль у процесі спілкування (38,6%), неврівноваженість (38,6%), які впливають на виникнення депресії.

Розглядаючи специфічні відмінності за діагностованими показниками між дівчатами та юнаками у віці 15–17 років з різним рівнем депресивного стану, ми встановили (див. табл. 2), що дівчата з середнім рівнем депресії відрізняються від дівчат з високим її рівнем такими особистісними особливостями: спонтанною агресією, сором'язливістю, лабільністю, циклотимністю, демонстративністю, а дівчата з високим рівнем депресії більш схильні до дратівливості, відкритості, гіпертимності, неврівноваженості та тривожності. Загальними є такі риси: невротичність, урівноваженість, реактивна агресія, емоційна нестабільність, дистимність, ригідність, схильність до суїциду та низький самоконтроль у спілкуванні.

Водночас для юнаків з середнім рівнем депресії характерні такі риси, як спонтанна агресія та демонстративність, а для юнаків з високим її рівнем – невротичність, дратів-

ливість, реактивна агресія, сором'язливість, відкритість, емоційна нестабільність, гіпертимність та схильність до суїциду. Серед загальних показників для юнаків можна назвати такі: товариськість, лабільність, циклотимність, неврівноваженість, екзальтованість, дистимність, ригідність, тривожність, відчуття самотності та низький самоконтроль у спілкуванні.

Виявлено, що існують незначні відмінності за діагностованими показниками між дівчатами та юнаками залежно від їхнього рівня депресії. Серед провідних можна назвати такі: дратівливість, сором'язливість, схильність до суїциду (юнаки з високим рівнем депресії), неврівноваженість, тривожність (дівчата з високим рівнем депресії), спонтанну агресію (юнаки з середнім рівнем депресії), циклотимність та демонстративність (дівчата з середнім рівнем депресії).

Також ми проаналізували особистісні риси дівчат та юнаків з середнім та високим рівнями депресії на різних вікових етапах. Ми виявили, що дівчата у віці 15–16 років характеризуються невротичністю, сором'язливістю, емоційною нестабільністю, схильністю до суїциду (середній рівень), відкритістю (високий рівень).

Таблиця 2

Рівень депресії залежно від особистісних проявів респондентів (15–17 років)

Показники	Стать			
	дівчата з середнім рівнем (%)	дівчата з високим рівнем (%)	юнаки з середнім рівнем (%)	юнаки з високим рівнем (%)
невротичність	61,5	69,2	46,1	87,5
спонтанна агресія	46,1	30,7	71,4	46,1
дратівливість	46,1	64,2	50	100
товариськість	38,4	46,1	42,8	38,4
урівноваженість	30,7	30,7	46,1	38,4
реактивна агресія	46,1	42,8	83,3	100
сором'язливість	61,5	50	46,1	75
відкритість	46,1	57,1	69,2	87,5
екстра-інтроверсія	30,7	30,7	50	38,4
емоційна нестабільність	61,5	57,1	46,1	62,5
Маскулінізм – фемінізм	30,7	46,1	41,6	30,7
гіпертимність	69,2	78,5	75	87,5
лабільність	46,1	30,7	23	30,7
циклотимність	53,8	30,7	38,4	41,6
демонстративність	53,8	42,8	41,6	22
неврівноваженість	61,5	71,4	38,4	30,7
екзальтованість	38,4	42,8	30,7	38,4
дистимність	38,4	46,1	30,7	38,4
ригідність	38,4	41,6	46,1	41,6
тривожність	38,4	53,8	38,4	38,4
відчуття самотності	46,1	35,7	41,6	50
суїцидальна поведінка	38,4	30,7	30,7	50
низький самоконтроль у спілкуванні	35,7	30,7	38,4	46,1

Дівчата у віці 16–17 років характеризуються гіпертимністю, ригідністю, дратівливістю, лабільністю (середній рівень), тривожністю та циклотимністю (високий рівень).

Що стосується юнаків у віці 15–16 років, то можна сказати, що вони проявляють гіпертимність, урівноваженість (середній рівень), спонтанну агресію, циклотимність, ригідність, товариськість (високий рівень). У віці 16–17 років вони проявляють дратівливість, сором'язливість, невротичність, відкритість, ригідність, низький самоконтроль у спілкуванні (середній рівень), екзальтованість, дистимність, неврівноваженість (високий рівень). Отже, перебуваючи у депресивному стані, юнаки частіше, ніж дівчата, мають думки про суїцид. Також можна говорити про те, що до суїцидальних намірів більш схильні дівчата у віці 15–16 років та юнаки у віці 16–17 років.

Перелічені діагностовані показники підтвердилися результатами кореляційного аналізу. Так, характер депресивного стану у групі дівчат та юнаків у віці 15–17 років (середній та високий рівні депресії) детермінується різними комплексами особистісних особливостей (див. табл. 3).

Провідним показником кореляційних зв'язків на рівні $p < 0,01$ та $p < 0,05$ у дівчат та юнаків є показник «невротичність», який вступає у позитивний та негативний зв'язки з депресивністю ($r = 0,542$), сором'язливістю ($r = 0,426$), емоційною нестабільністю ($r = 0,555$), ригідністю ($r = 0,409$), тривожністю ($r = 0,372$), відчуттям самотності ($r = 0,519$), схильністю до суїциду ($r = 0,509$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,463$), а також на рівні $p < 0,05$ з товариськістю ($r = -0,286$), урівноваженістю ($r = -0,352$), циклотимністю ($r = 0,300$) та неврівноваженістю ($r = 0,347$). Показник «депресивність» позитивно та негативно взаємодіє на рівні $p < 0,01$ з товариськістю ($r = -0,382$), сором'язливістю ($r = 0,500$), екстраверсією ($r = -0,431$), емоційною нестабільністю ($r = 0,666$), маскулінністю ($r = -0,482$) та на рівні $p < 0,05$ з урівноваженістю ($r = -0,358$), відчуттям самотності ($r = 0,314$), схильністю до суїциду ($r = 0,286$). Показник «ригідність» корелює на рівні $p < 0,01$ позитивно та негативно з лабільністю ($r = 0,460$), тривожністю ($r = 0,437$), демонстративністю ($r = 0,376$), екзальтованістю ($r = 0,435$), відчуттям самотності ($r = 0,384$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,423$) та на рівні $p < 0,05$ з урівноваженістю ($r = 0,318$), схильністю до суїциду ($r = 0,329$). Четверту позицію займає показник «спонтанна агресія», який простежується у позитивному та негативному зв'язках на рівні $p < 0,01$ з товариськістю ($r = 0,380$), сором'язливістю ($r = -0,382$), екстраверсією ($r = 0,421$), маскулінністю ($r = 0,389$) та на рівні $p < 0,05$ з дратівливістю ($r = 0,317$), реактивною агресією ($r = 0,331$). П'яту пози-

цію займають два показники, а саме «урівноваженість» та «емоційна нестабільність». Так, показник «урівноваженість» вступає у взаємодію на рівні $p < 0,01$ з сором'язливістю ($r = -0,382$), емоційною нестабільністю ($r = 0,666$), маскулінністю ($r = 0,389$) та на рівні $p < 0,05$ з відкритістю ($r = -0,288$), екстраверсією ($r = 0,342$). Показник «емоційна нестабільність» корелює на рівні $p < 0,01$ з маскулінністю ($r = -0,421$), циклотимністю ($r = 0,368$), екзальтованістю ($r = 0,425$), відчуттям самотності ($r = 0,402$), схильністю до суїциду ($r = 0,458$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,406$) та на рівні $p < 0,05$ з ригідністю ($r = 0,280$).

У групі дівчат (середній та високий рівні депресії) на рівні $p < 0,01$ та $p < 0,05$ першу позицію займають два показники. Так, показник «невротичність» на рівні $p < 0,01$ вступає у зв'язок з депресивністю ($r = 0,502$), відчуттям самотності ($r = 0,692$), схильністю до суїциду ($r = 0,583$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,580$), а також з емоційною нестабільністю ($r = 0,555$) й циклотимністю ($r = 0,416$) на рівні $p < 0,05$. Показник «емоційна нестабільність» корелює на рівні $p < 0,01$ з циклотимністю ($r = 0,472$), відчуттям самотності ($r = 0,478$), схильністю до суїциду ($r = 0,513$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,539$) та на рівні $p < 0,05$ з неврівноваженістю ($r = 0,435$), екзальтованістю ($r = 0,475$). На другій позиції також знаходиться два показники. Показник «ригідність» на рівні $p < 0,05$ корелює з лабільністю ($r = 0,399$), демонстративністю ($r = 0,492$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,459$) та на рівні $p < 0,01$ вступає у зв'язок з екзальтованістю ($r = 0,558$) та відчуттям самотності ($r = 0,543$). Показник «циклотимність» простежується у зв'язку на рівні $p < 0,01$ з неврівноваженістю ($r = 0,593$), схильністю до суїциду ($r = 0,505$), а також з екзальтованістю ($r = 0,518$), відчуттям самотності ($r = 0,489$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,394$) на рівні $p < 0,05$. На третій позиції знаходяться також два показники, а саме «депресивність» та «неврівноваженість». Показник «депресивність» взаємодіє на рівні $p < 0,05$ з товариськістю ($r = -0,392$) і на рівні $p < 0,01$ з сором'язливістю ($r = 0,522$), екстраверсією ($r = -0,556$), емоційною нестабільністю ($r = 0,538$). Водночас показник «неврівноваженість» корелює з екзальтованістю ($r = 0,574$), схильністю до суїциду ($r = 0,584$), низьким самоконтролем у спілкуванні ($r = -0,578$) на рівні $p < 0,01$ та з відчуттям самотності ($r = 0,495$) на рівні $p < 0,05$.

У групі юнаків (середній та високий рівні депресії) показник «невротичність» був виявлений у позитивному зв'язку на рівні $p < 0,01$ з депресивністю ($r = 0,546$), сором'язливістю ($r = 0,630$), емоційною нестабільністю ($r = 0,619$) та у негативному зв'язку

з маскулінністю ($r=-0,545$), а також на рівні $p<0,05$ з товариськістю ($r=-0,419$), схильністю до суїциду ($r=0,470$). Показник «спонтанна агресія» взаємодіє з товариськістю ($r=0,578$), сором'язливістю ($r=-0,621$), екстраверсією ($r=0,858$), маскулінністю ($r=0,643$) на рівні $p<0,01$ та з урівноваженістю ($r=0,480$) на рівні $p<0,05$. Показник «депресивність» знаходиться у зв'язку на рівні $p<0,01$ з емоційною нестабільністю ($r=0,820$) та маскулінністю ($r=-0,616$), а також на рівні $p<0,05$ з товариськістю ($r=-0,411$), сором'язливістю ($r=0,488$), екзальтованістю ($r=0,418$). Показник «товариськість» корелює з урівноваженістю ($r=0,720$), сором'язливістю ($r=-0,757$), екстраверсією ($r=0,629$), маскулінністю ($r=0,574$) на рівні $p<0,01$ та з лабільністю ($r=0,422$) на рівні $p<0,05$. Показник «сором'язливість» на рівні $p<0,05$ негативно взаємодіє з екстраверсією ($r=0,542$) та позитивно з лабільністю ($r=0,425$), а також негативно з маскулінністю ($r=-0,574$) на рівні $p<0,01$.

З отриманих результатів, які утворюють плеяду позитивних та негативних кореляційних зв'язків на рівнях $p<0,01$ та $p<0,05$, видно, що для дівчат та юнаків у віці 15–17 років з середнім та високим рівнями депресії характерні такі прояви: невротичність, депресивність, ригідність, спонтанна агресія, урівноваженість, емоційна нестабільність. Водночас встановлено, що дівчата більше схильні до емоційної нестабільності, ригідності, циклотимності, неврівноваженості, а юнаки – до спонтанної агресії, товариськості та сором'язливості. Серед загальних показників можна назвати невротичність та депресивність.

З огляду на результати дослідження можна сказати, що депресія являє собою афектив-

ний стан, який характеризується негативними емоціями, змінами у мотиваційній та когнітивній сферах, а також розладом поведінки. Вона має такі ознаки, як стійке почуття пригніченості та втрата сенсу життя. У підлітковому віці депресія переважно протікає в прихованій формі, що ускладнює її виявлення. Депресія небезпечна тим, що вона накладає відбиток на всі сторони розвитку особистості, а відчуження, самотність та дезадаптація ще більше підсилюють цей стан.

Виявлено, що у 32% респондентів депресія знаходиться на високому рівні, найчіткіше вона простежується у дівчат віком 15–16 років та у юнаків віком 16–17 років. Її виникнення тісно пов'язане з такими індивідуальними особливостями, як емоційна нестабільність, демонстративність, екзальтованість (у дівчат), дратівливість, реактивна агресія, відкритість та схильність до суїциду (у юнаків).

Ми вважаємо, що виникнення депресії у старших підлітків залежить не тільки від їхніх індивідуальних властивостей, включаючи тип темпераменту, ґендерні та вікові особливості, а також від неврівноваженості дитячої психіки, умов, в яких підлітки перебувають, та людей, які їх оточують.

Виконане дослідження дозволило висунути низку актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми. Наприклад, можна вивчити вплив розлучення батьків на виникнення депресії у дітей та підлітків, дослідити зв'язок депресії та шкільної тривожності у молодших школярів, створити комплексну соціально-психологічну програму, орієнтовану на системне формування психічного та психологічного здоров'я дітей та підлітків.

Таблиця 3

Взаємозв'язок депресії з особистісними особливостями респондентів з середнім та високим рівнями депресії

Показники	Депресія		
	перша група	друга група	третья група
невротичність	0,542	0,502	0,546
товариськість	-0,382	-0,392	-0,411
сором'язливість	0,500	0,522	0,488
екстраверсія	0,431	0,556	
емоційна нестабільність	0,666	0,538	0,820
маскулінність	-0,482		-0,616
відкритість	-0,288		
урівноваженість	-0,358		
відчуття самотності	0,314		
схильність до суїциду	0,286		
Екзальтованість			0,418

Примітки: перша група – респонденти з середнім та високим рівнями депресії ($p<0,01$ при $r<0,360$; $p<0,05$ при $r<0,280$); друга група – дівчата з середнім та високим рівнями депресії ($p<0,01$ при $r<0,550$; $p<0,05$ при $r<0,410$); третя група – юнаки з середнім та високим рівнями депресії ($p<0,01$ при $r<0,540$; $p<0,05$ при $r<0,410$).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антропов Ю.Ф. Невротическая депрессия у детей и подростков. Москва : Медпрактика, 2001. 150 с.
2. Бабиянц К.А., Шульжицкая М.А. Особенности проявления депрессивных состояний в подростковом возрасте. *Северо-Кавказский психологический вестник*. 2017. № 15 (2). С. 29–38.
3. Иванова Т.И., Пушкарева Д.В. Распространенность и симптоматическая структура расстройств настроения депрессивного спектра у школьников города Омска. *Омский психиатрический журнал*. 2017. № 1 (11). С. 5–10.
4. Иванова Т.И. Суицидальное поведение у детей с депрессивными расстройствами. *Современные проблемы охраны психического здоровья детей. Проблемы диагностики, терапии и инструментальных исследований в детской психиатрии* : сборник материалов конференции, г. Волгоград, 24–26 апреля 2007 г. Волгоград : ВолгГМУ, 2007. С. 87–88.
5. Карсон Р., Батчер Дж., Миника С. Анормальная психология. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 1169 с.
6. Мазаева Н.А., Кравченко Н.Е. Нозоспецифические и половозрастные особенности депрессий у подростков. *Современная терапия в психиатрии и неврологии*. 2018. С. 18–23.
7. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Москва : Бахрах-М, 2011. 664 с.
8. Солодкая Е.В., Логинов И.П. К проблеме депрессивных расстройств у подростков. *Дальневосточный медицинский журнал*. 2014. № 2. С. 127–132.
9. Усов М.Г. Клиника, ранняя диагностика и прогноз депрессий у подростков : автореф. дисс. ... докт. мед. наук. Томск, 1996. 33 с.
10. Geller B., DelBello M.P. Bipolar disorder in childhood and early adolescence. *The Guilford Press*. New York ; London, 2006. 342 p.
11. Gladstone T.R., Beardslee W.R. The prevention of depression in children and adolescents: a review. *Can. J. Psychiatry*. 2009. Vol. 54. № 4. P. 212–221.
12. Keller M.B. Course outcome and impact on the community. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 1994. Vol. 89. P. 24–34.
13. Conduites suicidaire sal'ado lescence / X. Pomereau, M. Delorme, J.M. Druot, Ph.P. Tedo. *Psychiatrie Francaise*. 1996. Vol. XXVI. P. 50–59.
14. Wasserman D., Cheng Q., Jiang G.X. Global suicide rates among young people ages 15–19. *World Psychiatry*. 2005. Vol. 4. P. 114–120.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗІ СТИЛЕМ МАТЕРИНСЬКОГО СТАВЛЕННЯ У ЖІНОК, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ ВІДХИЛЕННЯМИ У ПСИХОФІЗИЧНОМУ РОЗВИТКУ

RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND THE STYLE OF MOTHER'S ATTITUDE IN WOMEN RAISING CHILDREN WITH PSYCHOPHYSOPHICAL DEVIATIONS

В Україні, як і в усьому світі, невпинно зростає кількість дітей з вадами розвитку. Для розвитку такої дитини спеціальним корекційно-розвиваючим середовищем є сім'я та материнсько-дитячі відносини, які можуть бути порушені в стресогенній ситуації виховання дитини з особливими потребами. Актуальним є дослідження, спрямоване на пошук методів розкриття потенціалу особистості матері для виховання та соціалізації дитини, адже процеси формування материнської поведінки у разі відхилень у розвитку дитини досліджені недостатньо. Огляд сучасних наукових першоджерел показує, що емоційний інтелект постає домінуючим і системоутворюючим конструктом поведінки особистості в стресогенній ситуації, але вплив емоційного інтелекту матері на її взаємодію з дитиною з особливими потребами вивчений недостатньо.

Метою статті є дослідження та аналіз взаємозв'язку складників емоційного інтелекту та особливостей материнсько-дитячої взаємодії у сім'ях, де виховуються діти з особливими потребами. У статті досліджене поняття «материнське ставлення» (далі – МС) як інтегральна характеристика прояву материнської поведінки у взаємодії з дитиною та з оточенням. Вчені визначають 5 таких стилів МС: адекватний, тривожний, амбівалентний, емоційно відсторонений та афективно відторгуючий. Новизна роботи полягає в тому, ми розглядаємо вплив складників емоційного інтелекту на формування конкретного стилю МС до дитини з особливими потребами. Для визначення стилю МС застосовано авторський опитувальник (ОМС) Л.О. Зібороваї, Т.В. Дегтяренко. Обстежено 120 матерів, серед яких у 34,3% виявлено адекватний стиль МС, у 25,7% – тривожний стиль МС, у 21,4% – амбівалентний стиль МС, а 18,6% жінок мають емоційно відсторонений стиль МС. Афективно відторгуючий стиль не був діагностований у матерів дітей з особливими потребами. Для емпіричного дослідження складників емоційного інтелекту матерів, які виявили різні стилі материнського ставлення (МС) до дитини з особливими потребами, застосовано опитувальник "EmIn" Д.В. Люсіна.

Ключові слова: емоційний інтелект, стресозахисна та адаптивна функція емоційного інтелекту, стиль материнського ставлення, материнсько-дитячі відносини.

In Ukraine, as in the world, the number of children with disabilities is steadily growing. For the development of such a child, a special correctional and developmental environment is, first of all, the family and the mother-child relationship, which can be disrupted in a stressful situation of raising a child with special needs. Research aimed at finding methods to reveal the potential of the mother's personality for the upbringing and socialization of the child is relevant, because the processes of formation of maternal behavior with abnormalities in the child's development are insufficiently studied. A review of modern scientific sources shows that emotional intelligence is the dominant system-forming construct of personality behavior in a stressful situation, but the influence of emotional intelligence of the mother on her interaction with a child with special needs is not defined enough.

The purpose of this article is to study and analyze the relationship between the components of emotional intelligence and the peculiarities of maternal-child interactions in the special needs of the child. The article explores one of the main concepts of motherhood – maternal attitude (hereinafter MA), as an integral characteristic of the manifestation of maternal behavior in interaction with the child and the environment as a mother. There are 5 styles of MA: adequate, anxious, ambivalent, emotionally detached and affectively repulsive. The novelty of this work lies in the fact that the influence of the level of components of emotional intelligence on the formation of a particular style of MA to a child with special needs is considered. To determine the style of MA used author's questionnaire (MRQ) L.O. Ziborova, T.V. Degtyarenko. 120 mothers were examined, among whom 34.3% had an adequate MA style, 25.7% had an anxious MA style, 21.4% had an ambivalent MA style, and 18.6% of women had an emotionally detached MA style. Affective-rejection style has not been diagnosed in mothers of children with special needs. For the empirical study of the components of emotional intelligence of mothers who found different styles of maternal attitude (MA) to the child with special needs, the questionnaire "EmIn" D.V. Lucin.

Key words: emotional intelligence, stress-protective and adaptive function of emotional intelligence, style of maternal attitude, maternal-child relations.

УДК 053

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.15>

Зіборова О.О.

аспірантка кафедри теорії та методики практичної психології Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Фактори економічної та соціальної нестабільності сучасного суспільства збільшують труднощі виховання дітей у сім'ях. Особливі проблеми у сім'ї виникають у разі народження дитини з відхиленнями розвитку. Формування базових основ психіки дитини визначається особливостями материнсько-дитя-

чих відносин у сім'ї, які залежать від прояву властивостей особистості матері в конкретній життєвій ситуації. Народження дитини з відхиленнями у розвитку є травмуючою ситуацією в житті матері. Така ситуація може впливати на видозмінення материнської особистісної сфери жінки та її материнського ставлення

(далі – МС). З огляду на це особливої актуальності набувають дослідження прояву властивостей особистості жінки в стресогенній ситуації народження дитини з вадами психофізичного розвитку.

У сучасних дослідженнях життєдіяльності особистості однією з найважливіших характеристик як диспозиційних, так і безпосередньо поведінкових аспектів функціонування людини як суб'єкта життєдіяльності визначається емоційність. Актуальність дослідження впливу емоційності за різних умов життєдіяльності особистості зумовлена як соціальним запитом на подолання найвищого з усіх часів людства рівня емоційної нестриманості на усіх рівнях соціуму, так і прагненням фахівців в галузі психофізіології, диференційної психології особистості дослідити стан емоційних процесів людини в умовах стресогенної ситуації.

В останнє десятиріччя плідним науковим напрямом стало дослідження впливу емоційного інтелекту (далі – EI) особистості на її поведінку в емоціогенній ситуації. Вивчення особливостей впливу емоційного інтелекту на поведінку матері в стресогенній ситуації аномальності розвитку дитини необхідне для вироблення шляхів і способів оптимізації материнського ставлення до дитини з особливими потребами.

Поняття «емоційний інтелект», введене Дж.Д. Майером та П.С. Саловей, означає гармонійне поєднання емоційного та раціонального, що відображає уміння сприймати, оцінювати, ідентифікувати, розуміти та генерувати емоції таким чином, щоб допомагати мисленню, а також рефлекторно керувати емоціями так, щоб сприяти власному розвитку.

Дослідження І.М. Андрєєвої, О.В. Власової, Д. Карузо, Дж.Д. Майера, М.А. Нгуєн, Р. Робертса, О.М. Приймаченко дозволили виокремити в структурі емоційного інтелекту п'ять таких складників: 1) спроможність усвідомити власні емоції, що дає людині можливість краще впоратись з ними. Ця складова частина є провідною в емоційному інтелекті (BP); 2) регулювання та контроль над власними емоціями, здібність долати негативні емоційні стани (BU); 3) спроможність налаштовувати себе на діяльність, тобто самомотивування (BE); 4) здібність до розуміння емоцій інших людей, виявлення емпатії (MP); 5) вміння проявляти емпатію, підтримувати доброзичливі стосунки з іншими людьми, позитивне ставлення до інших (MU). У роботах І.Ф. Аршава, Р. Бар-Она, М.А. Брекетта, Н.В. Ковриги, Е.Л. Носенко, Г.В. Юсупової досліджено вплив емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості та доведено, що вищенаведені складові структури емоційного інтелекту охоплюють всі емоційні аспекти функціонування людини. Е.Л. Носенко

та Н.В. Коврига зазначають: «Фактично компоненти емоційного інтелекту людини є системоутворювальними факторами особистості. Вони зумовлюють стабільність емоційних переживань людини, її схильність до переживання позитивних або негативних процесів, у формі яких відображається оцінювання людиною всіх аспектів її життєдіяльності» [4, с. 18].

Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту визначаються змістом його складників. У сучасних дослідженнях емоційний інтелект розглядається як інтегральна особистісна властивість, яка визначає стиль поведінки людини в емоціогенних ситуаціях та має розглядатися в контексті адаптивності особистості (Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига). Особлива роль рівня розвиненості емоційного інтелекту матері у материнсько-дитячій взаємодії, формуванні емоційних механізмів дитини та створенні моделі сприйняття світу дитиною розглянута у роботах С. Герхардт та Д. Гоулмена. Слід зауважити, що у вітчизняній спеціальній психології немає досліджень впливу емоційного інтелекту на формування стилю материнського ставлення до дитини з особливими потребами. Наша робота є спробою розглянути механізми формування стилю материнського ставлення до дитини з особливими потребами як прояви системоутворювальної інтегративної властивості особистості – емоційного інтелекту.

Мета роботи – дослідження ролі емоційного інтелекту у формуванні особливостей материнського ставлення у жінок, які виховують дітей з вадами психофізичного розвитку.

Емоціогенною ситуацією в житті жінки може виступати народження дитини з вадами психофізичного розвитку. До теперішнього часу в психологічних дослідженнях не було аналізу формування модифікованої материнської поведінки у разі народження аномальної дитини з позицій прояву складників та функцій емоційного інтелекту жінки як провідної й системоутворювальної властивості її особистості, що має прояв у широкому спектрі ситуацій. Розглянемо вплив складників емоційного інтелекту на особливості моделювання матір'ю певного стилю материнського ставлення до дитини з особливими потребами.

Стиль материнського ставлення у матері дитини з особливими потребами формується в умовах незадоволених потреб материнської сфери та стресогенних чинників – психотравми від порушень розвитку дитини та психотравми від порушення очікуваної ролі успішної матері. У такому разі мати здійснює регуляцію власних емоцій свідомо або підсвідомо. Індивідуальні рівні складників емоційного інтелекту впливають на материнську поведінку жінки, яка виховує дитину з особливими потребами,

та виявляють різні особливості материнського ставлення.

Адекватний стиль материнського ставлення до здорової дитини вміщує природну та радісну реакцію матері на приємні для неї стимули дитини. У разі адекватного материнського ставлення до дитини з особливими потребами мати починає стримувати негативні емоції (біль, відчай, страждання від незвичного вигляду дитини) та підсилювати і демонструвати дитині позитивні емоції, тому що вона відчуває потребу дитини в позитивних емоціях. Мати намагається адаптувати свою поведінку до потреб дитини та захистити себе та дитину від стресу, тобто моделює свою поведінку. Адекватність взаємодії в дяді «мати – дитина» забезпечується достатньо розвиненим емоційним інтелектом жінки, активним застосуванням складників емоційного інтелекту в регуляції власних емоцій. Якщо емоційний інтелект жінки недостатньо розвинений, вона не може продуктивно стримувати негативні емоції та транслювати позитивні емоції. У такому разі мати перебуває в тривожному стані і формує тривожну прив'язаність до дитини.

Амбівалентний стиль відображає намагання жінки моделювати позитивні емоції, які виявляються нестійкими через емоційну нестабільність та низький рівень емоційного інтелекту, адже жінка не дуже чітко ідентифікує власні емоції, тому вона не може їх регулювати.

Емоційно відсторонений стиль материнської поведінки демонструють жінки з нерозвиненим емоційним інтелектом. Як правило, ці жінки транслюють емоційно відсторонений стиль виховання, який проявляли їхні батьки. За наявності ознак порушення розвитку у дитини такі жінки захищаються від негативних емоцій лише тим засобом, який їм доступний, тобто ще більшою емоційною відстороненістю від дитини.

При афективно відторгуючому стилі поведінки матері є безсилами перед неконтрольованим потоком власних негативних емоцій, тому вони відторгують дитину як негативний подразник.

Ознаки певного наявності відхилень у розвитку дитини повною мірою відповідають ступеню розвиненості емоційного інтелекту жінки. Критерії, сформульовані Г.Г. Філіпповою для відокремлення стилів материнського відношення, відображають зміст основних п'яти складників емоційного інтелекту [5, с. 208]. Серед критеріїв материнського ставлення визначальними є такі: 1) стиль емоційного супроводу, що є здібністю матері ідентифікувати та регулювати власні емоції; 2) рівень розвитку та швидкість проявлення материнської

компетентності; 3) пристосування до нового ритму життя, засвоєння нових обов'язків, що є проявом у новій життєвій ситуації такої складової частини емоційного інтелекту, як спроможність налаштувати себе на діяльність (самотивування); 4) пристосування режиму життя сім'ї до індивідуального ритму дитини. Створення гармонійної атмосфери у сім'ї відображає здібність жінки розуміти емоції інших людей, виявляти емпатію; 5) задоволення ставленням до себе і до дитини з боку інших людей, що цілком залежить від уміння жінки розпізнавати емоції інших, позитивно ставитися до інших.

Зіставлення критеріїв стилю материнського ставлення та змісту складників емоційного інтелекту показує, що регулятивні функції емоційного інтелекту впливають на формування стилю материнського ставлення жінки у стресогенній ситуації виховання дитини з особливими потребами як системоутворюючі механізми.

Для емпіричного дослідження складників емоційного інтелекту матерів, які виявили різні стилі материнського ставлення (МС) до дитини з особливими потребами, ми застосували опитувальник «Emln» Д.В. Люсіна. Для визначення стилю МС ми застосували авторський опитувальник «Опитувальник материнського ставлення» (ОМС) Л.О. Зіборової, Т.В. Дегтяренко.

Обстежено 120 матерів, серед яких у 34,3% виявлено адекватний стиль МС (група А), у 25,7% – тривожний стиль МС (група Т), у 21,4% – амбівалентний стиль МС (група Б), а 18,6% жінок мають емоційно відсторонений стиль МС (група Е). Афективно відторгуючий стиль не був діагностований [3, с. 192].

Результати діагностики наведено у таблиці 1.

Результати, наведені в таблиці 1, показують, що жінки групи А виявили високий рівень розуміння власних емоцій (24,43 бала). За словами Д. Гоулмена, розуміння власних емоцій – наріжний камінь емоційного інтелекту. Вчений зазначає: «Вміння розбиратися у власних емоціях є основоположною емоційною компетенцією, тобто здатністю, на базі якої формуються усі інші складники емоційного інтелекту» [2, с. 99]. Відповідно до такого висновку рівень керування власними емоціями у жінок групи А становить 17,05 бала, що є високим значенням за методикою, як і показник контролю експресії, який становить 13,71 бала. Разом ці три показники забезпечують головну потребу материнсько-дитячої взаємодії з дитиною з особливими потребами – потребу в моделюванні адекватної емоційної взаємодії з дитиною, яка можлива лише у разі розвиненої здатності матері до ідентифікації власних емоцій, здатності викликати та транслювати бажані емоції та утримувати під контролем небажані. Вищезазначені емоційні

Таблиця 1

Результати діагностики емоційного інтелекту в групах А, Т, Б та Е за методикою “Emln” Д.В. Люсіна

Складники емоційного інтелекту	Група А	Група Т	t-критерій	Група Т	Група Б	t-критерій	Група Б	Група Е	t-критерій
ВР	24,43	14,07	10,33***	14,07	11,62	5,11***	11,62	2,36	7,75***
ВУ	17,05	9,87	12,72***	9,87	7,38	3,47***	7,38	3,27	9,39***
ВЕ	13,71	8,73	10,41***	8,73	6,62	5,09***	6,62	5,27	3,27**
МР	26,67	16,13	10,17***	16,13	12,42	4,79**	12,42	2,14	5,45***
МП	25,67	13,80	11,70***	13,80	9,19	9,27***	9,19	4,23	10,37***

Примітки: * – статистична достовірність розбіжностей на рівні $p \leq 0,05$; ** – статистична достовірність розбіжностей на рівні $p \leq 0,01$; *** – статистична достовірність розбіжностей на рівні $p \leq 0,001$.

компетенції матері дитини з особливими потребами проявляються в адекватному (оптимальному) стилі материнського ставлення, що вміщує відтворення емоцій, які жінка може не відчувати у цей час, але вважає за необхідне їх проявляти у взаємодії з дитиною. Д. Гоулмен зазначає: «Здатність утримувати емоційний порив є сутністю емоційної саморегуляції» [2, с. 160]. Здатність до моделювання та трансляції позитивних емоцій допомагає матері дитини з особливими потребами в оптимальному виконанні найважливіших материнських функцій – збереження емоційного благополуччя дитини та навчання дитини основам емоційного інтелекту. Д. Гоулман пише: «Життя у сім'ї – наша перша школа емоційного навчання. У її закритому котлі дитина вчиться тому, як ставитися до себе, як інші реагують на наші переживання. Що думати про ці переживання, які є засоби виражати надії та страхи – цьому дитина вчиться у батьків, зокрема у матері» [2, с. 337]. Відносини дитини з оточенням емоційно обізнана мати також моделює через використання здатності розуміти емоції інших та регулювати ці емоції. У жінок групи А розуміння емоцій інших (26,67 бала), як і здатність керувати емоціями інших (25,67 бала), є високим. Жінки групи А здатні до регуляції відносин з іншими навіть у конфліктних ситуаціях, що є передумовою виховання довіри до світу у дитини.

Показники складників емоційного інтелекту у жінок групи Т з високим ступенем статистичної достовірності відрізняються від показників жінок групи А. Низькі рівні розуміння власних емоцій (14,07 бала), керування власними емоціями (9,87 бала) та контролю експресії (8,73 бала) не дозволяють жінкам групи Т чітко ідентифікувати власні емоції, тому вони відчують тривогу та безсилля змінити відносини з дитиною. Д. Гоулман у своїй монографії виокремлює таких людей як тих, що сприймають негативні емоції як щось неминує. Вони страждають через дистрес, а фактор безпомічності створює надсильну загрозу для них [2, с. 101]. Нездатність до розуміння та регу-

лювання власних емоцій, підвищена сенситивність та страх за дитину викликають у тривожних матерів бажання всіляко захищати дитину з особливими потребами від стресів. У дослідженні впливу поведінки матері на лякливих та сором'язливих дітей І. Кейган зробив такий висновок: «матері, які захищають своїх надмірно реактивних дітей від розладів та тривожності в надії на досягнення сприятливого результату, лише підсилюють невпевненість дитини та викликають протилежний ефект» [2, с. 394]. Захисна стратегія тривожних матерів відбирає у дитини можливість навчитися заспокоюватися у невідомій ситуації і хоч якось опанувати страх, унаслідок чого лякливості та занепокоєння дитини лише підсилюються, а мати ще більше відчуває безсилля.

У таблиці 1 видно, що між матерями груп Т та Б статистично достовірні розбіжності існують за всіма показникам складників емоційного інтелекту, але значення t-критерію є значно меншими, ніж у разі порівняння показників груп А та Т. Відмінності показників груп Т та Б також є значно меншими, ніж відмінності між показниками груп А та Т. Рівні розуміння власних емоцій (11,62 бала), керування емоціями (7,38 бала) та контролю експресії (6,62 бала) за методикою є дуже низькими, тобто жінки групи Б слабо усвідомлюють емоційні стани як у себе, так і в інших, вони не здатні контролювати власні емоції, що призводить до того, що емоції поглинають жінок. Такі люди не можуть подолати негативні емоції, наче настрої керує ними, а не навпаки. Вони не усвідомлюють почуттів, повністю занурені у них та не можуть уникнути негативного настрою, що ще більше дратує їх. Взаємодію таких матерів з дитиною досліджено у монографії С. Герхардт. Вона зазначає: «Якщо мати не навчилася регулювати власні негативні почуття, їй буде важко витримувати їх прояви у дитини. Вона може відчувати сильний стрес, дискомфорт та бажання скоріше позбутися цих почуттів, не розбираючись в них, що може проявлятися як гнів, ворожість та агресія щодо дитини» [1, с. 44]. Матері з низьким емоційним

інтелектом дуже мінливі у власних реакціях на почуття дитини: іноді вони турбуються про дитину, а іноді вони ігнорують емоції дитини або виявляють гнів. У дослідженні С. Герхардт сказано: «Дитина перебуває у розгубленому стані. Дитина з часом усвідомлює, що вона не отримує допомоги у відновленні комфортного стану, вона може намагатися витіснити, виключити негативні почуття, але не вміє цього робити, тому вона постійно перебуває у стані надмірного усвідомлення власних страхів та потреб, що блокує її розвиток» [1, с. 45]. Наведені висновки дослідниці підтверджують руйнівний вплив проявів низької емоційної компетентності матері на формування емоційних механізмів дитини, який може лише підсилюватися за наявності відхилень у психофізичному розвитку дитини.

Усі показники складників емоційного інтелекту жінок групи Е з високим ступенем статистичної достовірності відрізняються від показників жінок групи Б та є дуже низькими. Емоції як маркери психотравмуючої ситуації не сприймаються такими жінками, тому вони не здатні адекватно оцінювати загрози відхилень у психофізичному розвитку для майбутнього дитини, не відчувають емоційних потреб дитини, поводяться з дитиною відсторонено та беземоційно. Чинники емоційно відстороненої поведінки матерів привертають увагу дослідників, але вони вивчені недостатньо.

Отримані результати демонструють, що у матерів, які проявляють різні стилі материнського ставлення до дітей з особливими потребами, найбільші відмінності виявлені у показниках розуміння власних емоцій та розуміння емоцій інших. Зазначені властивості є основоположними в емоційній компетентності людини. Саме такі показники найбільше диференціюють групи матерів особливих дітей за стилем материнського ставлення. У матерів дітей з особливими потребами був виявлений широкий діапазон рівнів складників емоційного інтелекту. Це визначає можливі варіанти формування життєвої моделі дитини – від розвиненої здатності емоційного регулювання та соціалізації до емоційної безпорадності та соціальної ізоляції.

Ми дійшли таких висновків:

1) введення поняття емоційного інтелекту, виділення його функцій та складових частин дозволяє розглядати прояви поведінки людини в різних ситуаціях як динамічні процеси, що зумовлені емоційністю людини та спрямовані на захист від стресу і адаптацію в стресогенній ситуації. Виявлені складники та функції емоційного інтелекту показують, що емоційний інтелект є системоутворюю-

чим фактором особистості, який визначає стиль поведінки людини в стресогенній ситуації;

2) народження та виховання дитини з відхиленнями у розвитку є стресогенною ситуацією у житті жінки. Поведінка матері може видозмінюватись, тому що порушення ключових стимулів материнства та психотравма матері негативно впливають на особливості материнського ставлення. Стиль материнського ставлення набуває емоційної та соціальної дефіцитарності, що негативно впливає на розвиток дитини;

3) проведене дослідження за авторським опитувальником визначення стилю материнського ставлення ОМС виявило розподіл 120 матерів дітей з особливими потребами на такі групи: група А відповідає адекватному стилю материнського відношення (34,3%); групу Т становлять жінки з тривожним стилем материнського відношення (25,7%); група Б відповідає амбівалентному стилю материнського відношення (21,4%); група Е відповідає емоційно відторгуючому стилю материнського відношення (18,6%). Дослідження за опитувальником Д.В. Люсіна показало, що жінки з адекватним стилем МС мають високі показники усіх складників емоційного інтелекту. Жінки групи Т виявили низькі, майже вдвічі менші, ніж у групі А, показники емоційного інтелекту. Найменші показники ЕІ виявлено у жінок групи Е. Емпіричне дослідження підтвердило системоутворювальний вплив складників емоційного інтелекту на стиль материнського ставлення до дитини з особливими потребами;

4) аналіз теоретичних досліджень та психодіагностичне обстеження матерів дітей з особливими потребами доводять, що за наявності відхилень у психофізичному розвитку дитини стиль материнського ставлення моделюється за допомогою регулювання матір'ю прояву власних емоцій. Емоційна стійкість та розвинений емоційний інтелект дозволяють матері ідентифікувати та регулювати власні емоції. У разі нерозвиненого емоційного інтелекту матері не можуть регулювати потік негативних емоцій і забезпечити адекватний супровід дитини. Дослідження доводить, що бажане підвищення рівня емоційного інтелекту відповідає потребам матерів дітей з особливими потребами та буде сприяти оптимізації материнсько-дитячих відносин. Актуальними є подальше дослідження особливостей емоційного інтелекту матерів дітей з особливими потребами та розробка спеціальних методик розвитку емоційної обізнаності жінок в контексті оптимізації стилю материнського ставлення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Герхардт С. Как любовь формирует мозг ребенка / пер. с англ. Ю.В. Рыковский. Москва: Этерна, 2012. 320 с.

2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А. Исаевой Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2013. 560 с.

3. Зіборова О.О. Визначення стилю материнського відношення у жінок, які мають дитину з вадами розвитку. *Інтеграція науки і практики в умо-*

вах модернізації корекційної освіти України : збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції. Херсон : ПП «Вишемирський В.С.», 2014. 282 с.

4. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.

5. Филиппова Г.Г. Психология материнства. Москва : Ин-т психотерапии, 2002. 239 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ АУТОАГРЕСІЇ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF AUTOAGGRESSION OF YOUTHS

У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми аутоагресії юнаків. Визначено, що аутоагресія є одним із факторів, що заважає особистості на шляху до особистісного, фізичного та соціального благополуччя.

Проведено аналіз поняття «аутоагресія» як особливого виду поведінки й мислення, що направлені на заподіяння індивідом шкоди власному фізичному та моральному здоров'ю. Описано соціальні та психологічні умови, що збільшують ризик аутоагресивних дій і думок у юнацькому віці: зміна соціальних ролей, вищий рівень відповідальності й ризику, прийняття серйозних рішень, вищий рівень самокритичності.

Описано чинники формування аутоагресії особистості, а саме взаємодія зовнішніх і внутрішніх факторів, що впливають на особистість: внутрішні суперечності особистості й фрустрація, психотравматична ситуація, негативний зворотний зв'язок оточення.

Представлені результати емпіричного дослідження рівня розвитку аутоагресії юнаків за методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна й домінуючих копінг-стратегій за методикою «Індикатор стратегій подолання стресу» Д. Амірхана для груп студентів з високим і низьким рівнем аутоагресії. Виявлено, що група студентів з високим рівнем прояву аутоагресії характеризується домінуванням дезадаптивної копінг-стратегії «уникання проблем», а для групи з низьким рівнем розвитку аутоагресії притаманно використовувати конструктивні стратегії подолання.

Розроблено авторську програму психологічної корекції аутоагресії юнаків із застосуванням методів когнітивно-поведінкової терапії та аутотренінгу. Описано зміст, напрями, складники й особливості застосування методів і прийомів програми психологічної корекції аутоагресії юнаків, представленої результати її апробації. Доведена ефективність авторської програми психологічної корекції аутоагресії юнаків.

Ключові слова: аутоагресія, юнаки, суїцид, самоушкодження, когнітивно-поведінкова терапія.

The article provides a theoretical analysis of the problem of autoaggression of young people. It has been determined that autoaggression is one of the factors that hinders the individual on the way to personal, physical and social well-being.

An analysis of the concept of "autoaggression" as a special type of behavior and thinking, aimed at causing harm to the individual's physical and moral health.

The social and psychological conditions that increase the risk of autoaggressive actions and thoughts in adolescence are described: change of social roles, higher level of responsibility and risk, making serious decisions, higher level of self-criticism.

The factors of formation of self-aggression of the personality are described, namely the interaction of external and internal factors influencing the personality: internal contradictions of the personality and frustration, psycho-traumatic situation, negative feedback from the environment.

The results of the empirical study of the level of development of autoaggression of young people by the method of "Auto- and heteroaggression" are presented. Ilyin and dominant coping strategies according to the method "Indicator of coping strategies" by D. Amirkhan for groups of students with high and low levels of autoaggression. It was found that a group of students with a high level of autoaggression is characterized by the dominance of maladaptive coping strategy "avoidance of problems", and for a group with a low level of autoaggression it is typical to use constructive coping strategies.

The author's program of psychological correction of autoaggression of young men with application of methods of cognitive-behavioral therapy and autotraining is developed. The content, directions, components and features of application of methods and receptions of the program of psychological correction of autoaggression of young men are described. And the results of its approbation are presented. The effectiveness of the author's program of psychological correction of autoaggression of young men is proved.

Key words: autoaggression, adolescents, suicide, self-harm, cognitive-behavioral therapy.

УДК 159.922-053.6:316.613.434
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.16>

Ігумнова О.Б.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний
університет

Михайлов А.Р.

магістрант II курсу
кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний
університет

Постановка проблеми. За останні роки проблема аутоагресії стає все більш поширеною, її актуальність пов'язана зі значним зростанням проявів аутоагресії в юнацькому віці, включаючи крайню форму аутоагресії – суїцид. Відповідно до даних Центру дослідження самогубств Всесвітньої організації охорони здоров'я, найвищий рівень аутоагресивної поведінки серед жінок відзначається в 15–24 роки, а серед чоловіків – у віці 12–34 роки [1]. Цей віковий період включає підлітковий і юнацький вік. Юнаки через особливості розвитку в період дорослішання є вразливими в умовах соціальних змін і змін моральних засад

життя. Соціальна ситуація розвитку юнацького віку зумовлюється настанням повноліття, зміною соціального оточення в студентські роки, отриманням більшої свободи та відповідальності за власні вчинки. Переживання критичних ситуацій в юнацькому віці супроводжується браком особистісних ресурсів, розвинутих конструктивних копінг-стратегій, а зростання внутрішнього емоційного напруження активізує захисні психологічні механізми й аутоагресивну поведінку як засоби зниження внутрішньої напруги. Актуалізація страхів поряд із прискіпливим і занадто критичним ставленням до себе сприяє зростання переживання

в юнаків негативних емоцій, стресових станів і розвитку аутоагресивної поведінки. Існує необхідність комплексної профілактичної та корекційної роботи з юнаками задля запобігання небажаним наслідкам і проявам аутоагресії. Проблема подолання аутоагресії набуває актуальності в юнацькому віці як необхідна умова збереження психічного здоров'я та психологічного благополуччя особистості. Однак дослідження проблеми аутоагресії в юнацький період представлені нешироко й потребують подальшого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідники, які займалися проблемою аутоагресії, Д. Клонські та К. Хевтон обґрунтували, розмежували й систематизували поняття «суїцидальна поведінка», «аутоагресія», «самоушкодження» [2, с. 226; 3, с. 537]; Г.Я. Пилягіна досліджувала механізми прояву аутоагресивної поведінки [4, с. 3–20]; О.О. Василевич розглядав психологічні страждання особистості як фактор появи аутоагресії [5]; О.М. Муселян досліджував особливості психопрофілактичного впливу на рівень аутоагресії [6, с. 20–31]; С.В. Зубенко вивчав особливості профілактики аутоагресії підлітків і юнаків [7, с. 20–31]; Л.М. Невоструєва визначила специфіку профілактики й терапії аутоагресії для різних вікових категорій [8, с. 45].

Постановка завдання. Метою статті є представлення результатів емпіричного дослідження аутоагресії юнаків, обґрунтування й апробація програми психологічної корекції аутоагресії юнаків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Під терміном «аутоагресія» розуміється активність особистості, що націлена (усвідомлено або неусвідомлено) на заподіяння собі шкоди у фізичній і психічній сферах, яка проявляється в самозвинуваченні, самоприниженні, завданні собі тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості, аж до самогубства, саморуйнівній поведінці: алкоголізмі, наркоманії, ризикованій сексуальній поведінці, виборі екстремальних видів спорту, небезпечних професій, провокаційній поведінці. Терміни «аутоагресія» й «аутодеструкція» часто розуміються як окремі поняття, але автори по-різному проводять між ними межу, відносячи їх до механізмів психологічного захисту. Водночас при шкалюванні агресії за основними наявними методиками аутоагресія не корелює із жодними іншими шкалами агресії, що підкреслює особливість феномена аутоагресії всередині загальної проблематики психології агресії. Чинники ризику самоушкодження зазвичай розглядаються в межах двох великих груп: а) зовнішні (середовищні чи психосоціальні чинники і травматичні події); б) внутрішні (особистісні) та їх взаємодія [9, с. 23–25].

За Г.Я. Пилягіною, для виникнення аутоагресії необхідна система, що включає як мінімум три компоненти:

– людина з фрустрацією та внутрішніми суперечностями, що пригнічує свою агресію та заперечує свої соціалізовані інтроєкції;

– психотравмувальна ситуація, у якій реалізується захисна поведінка, зумовлена внутрішньоособистісними суперечностями;

– зворотний негативний зв'язок – нездійснені очікування щодо об'єкта, агресивність суб'єкта, що збільшує напруження ситуації та потреба вирішення внутрішньоособистісних суперечностей [4, с. 15].

Теоретична модель А. Реана наголошує на зовнішній зумовленості аутоагресії. У внутрішній структурі феномена існує поняття «аутоагресивний патерн особистості», у структурі якого виділяють 4 субблоки:

а) характерологічний субблок – рівень аутоагресії позитивно корелює з деякими рисами й особливостями характеру: інтроверсією, підозрілістю;

б) самооцінний субблок – виявляє зв'язок аутоагресії та самооцінки: чим вища аутоагресія особистості, тим нижча самооцінка власних когнітивних здібностей, самооцінка тіла, самооцінка власної здатності до самостійності, автономності поведінки та діяльності;

в) інтерактивний субблок – характеризує зв'язок аутоагресії особистості зі здатністю/нездатністю до успішної соціальної адаптації; з успішністю/неуспішністю міжособистісної взаємодії; рівень аутоагресії особистості негативно корелює з комунікабельністю й позитивно корелює із сором'язливістю;

г) соціально-перцептивний субблок – свідчить про наявність зв'язку аутоагресії з особливостями сприйняття інших людей, практично не пов'язано з негативізацією сприйняття інших осіб, навпаки, її рівень корелює з позитивністю сприйняття значущих інших [10, с. 13].

Такі дослідники, як Дж. Хенслін, П. Анжель, М. Талігані, А. Бек, М. Ковач, А. Вейсман, вважають, що аутоагресія являє собою групу феноменів поведінки як клінічного, так і доклінічного рівнів, що вказують на ймовірний суїцидальний ризик і психологічні проблеми, пов'язані з емоційною регуляцією, розумінням власних емоцій, Я-концепцією, тривожністю, ворожістю, нейротизмом, самооцінкою [11, с. 55].

Згідно з різними дослідженнями, близько 20–30% юнаків мають високий рівень аутоагресії. Комплексна, корекційна та профілактична робота дає змогу значно знизити рівень аутоагресії [1; 4, с. 5; 5; 6, с. 25; 12, с. 80]. Дослідження, проведене О.М. Муселян [6, с. 26], показало, що після впровадження програми запобігання аутоагресивній поведінці студентської молоді кількість юнаків з високим рівнем аутоагресії знизилася з 27,3% до 4,5%. Дослідження, проведене С.В. Піддубняк [12, с. 182], де апробовано

інтегровану соціально-психологічну програму психокорекції аутоагресивної поведінки молоді, показали, що комплексна психологічна корекція із застосуванням методів психотерапії, психокорекції та психоедукації дає змогу знизити рівень особистісної та ситуативної тривожності, зменшити кількість аутоагресивних реакцій, підвищити емоційну стійкість, рівень самоконтролю й саморегуляції поведінки. Також програма сприяє формуванню адекватної самооцінки, збалансованого локусу контролю, адекватної оцінки власних потреб, бажань і способів їх задоволення. Психологічна профілактика та корекція аутоагресії юнаків пов'язана з корекцією різних аспектів і станів особистості, зокрема тривожності, самооцінки, емоційної стійкості, адаптивності, засобів і рівня самоконтролю, саморегуляції. Психологічна робота спрямована на подолання аутоагресії повинна включати в себе психоедукацію, що дасть змогу молодій людині усвідомити власну проблему; тренінговий складник, що спрямовано на формування навичок і механізмів саморегуляції, покращення загального психоемоційного стану юнака.

Згідно з класифікацією Д. Амірхана, існують три базисні копінг-стратегії: «вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки» й «уникнення проблем». Продуктивними допінг-стратегіями є «вирішення проблем» і «пошук соціальної підтримки», адже це активні стратегії, що допомагають подолати стресову ситуацію. Стратегія «уникнення» є пасивною, особистість не робить реальних дій, аби впоратися зі стресом, утікає і закривається, прагне уникнути контакту з навколишньою дійсністю, тому аутоагресія – це частина стратегії «уникнення проблем». У парадигмі цього підходу розроблена модель групової терапії, спрямованої на поліпшення якості емоційної регуляції. Підхід сфокусовано на підвищення прийняття власних емоційних станів та усвідомленості. Його головною відмінною характеристикою є короткостроковість і робота в групі, протягом якої відбувається навчання учасників групи ефективним копінг-стратегіям [13, с. 22].

Різні психологічні підходи пропонують свої шляхи, засоби та прийоми роботи з аутоагресією. Серед найбільш дієвих та апробованих є когнітивно-поведінковий підхід. Когнітивно-поведінковий підхід розглядає аутоагресію як результат неадаптивних переконань особистості, які актуалізують відповідні автоматичні думки, поведінкову й емоційну реакцію. Когнітивно-поведінковий підхід пропонує техніки реструктурування мислення через самоспостереження, самоаналіз і багаторазове повторення й закріплення конструктивних способів мислення, поведінки й емоційного реагування.

З метою вивчення рівня прояву аутоагресії в юнаків і проведення ефективної корекційної

роботи, нами проведено експериментальне дослідження, що включало 3 етапи:

1) констатувальний етап, метою якого було визначення рівня розвитку аутоагресії юнаків і домінуючих копінг-стратегій;

2) формувальний етап мав на меті розробку програми психологічної корекції аутоагресії із застосуванням засобів когнітивно-поведінкової терапії та аутотренінгу;

3) на контролюючому етапі проведена перевірка ефективності авторської програми психологічної корекції аутоагресії студентів.

Дослідження проводилося на базі Хмельницького національного університету, у ньому взяли участь 64 студенти I–IV курсів, віком 17–21 рік, жіночої та чоловічої статі (диференціація за статеву ознакою не проводилася), спеціальностей «Психологія» та «Соціальна робота».

На першому етапі дослідження визначено рівень аутоагресії студентів за допомогою методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна.

Згідно з результатами дослідження за методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна (див. рисунок 1), близько 20% досліджуваних студентів мають схильність до аутоагресивної поведінки та думок, схильні спрямовувати агресію на себе, звинувачувати себе, ставитися до себе надто критично, неадекватно оцінювати власну поведінку й гіперболізувати її значущість. В окремих випадках високий рівень аутоагресії може свідчити про невротичні розлади, схильність до самогубства.

Для дослідження домінуючих копінг-стратегій юнаків із різним рівнем аутоагресії (РА) студентів було умовно поділено на 2 групи: група студентів з високим рівнем вираженості аутоагресії та група з низьким рівнем розвитку аутоагресії. Групу з високим рівнем аутоагресії становили студенти з високим і підвищеним рівнем аутоагресії (19,9%), а групу з низьким рівнем аутоагресії – і студенти з середнім, пониженим і низьким рівнем розвитку аутоагресії (разом 80,1%), за методикою Є.П. Ільїна.

З метою визначення домінуючих копінг-стратегій у юнаків було використано методикою дослідження базисних копінг-стратегій «Індикатор стратегій подолання стресу» Д. Амірхана (див. таблицю 1).

Як видно з таблиці 1, у студентів з високим рівнем аутоагресії переважає копінг-стратегія «уникнення проблем» (56,8% досліджуваних), що на 17,2% більше, ніж у досліджуваних з низьким рівнем аутоагресії. Це говорить про більшу схильність юнаків з високим рівнем аутоагресії використовувати дезадаптивні способи подолання стресових ситуацій, ніж студентів з низьким рівнем аутоагресії. Рівень вираженості адаптивних копінг-стратегій («вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки») у студентів з низьким рівнем аутоагресії вищий, ніж у студентів з високим рівнем аутоагресії.

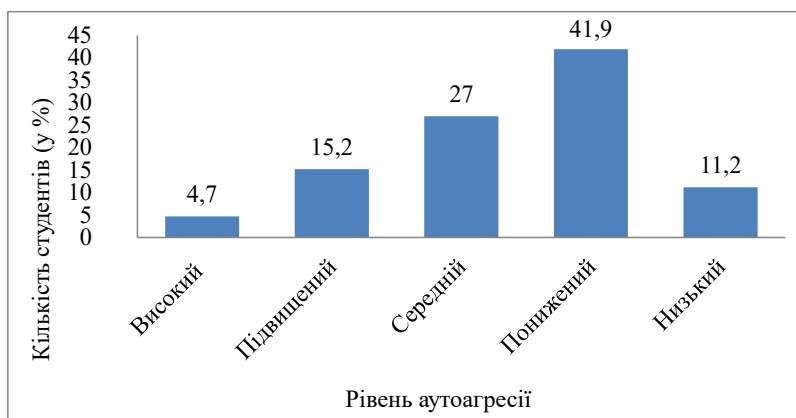


Рис. 1. Розподіл студентів за рівнем розвитку аутоагресії за методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна (у %)

Таблиця 1

Рівні розвитку копінг-стратегій у студентів з високим і низьким рівнем аутоагресії за методикою «Індикатор стратегій подолання стресу» Д. Амірхана

Стратегія	Рівень вираженості стратегії	Рівень аутоагресії	
		Низький	Високий
«Вирішення проблем»	Високий	20,4	6,8
	Середній	77	70,4
	Низький	2,7	22,8
«Пошук соціальної підтримки»	Високий	12,7	4,5
	Середній	78,1	79,5
	Низький	9,3	16
«Уникнення проблем»	Високий	39,6	56,8
	Середній	49,5	38,7
	Низький	10,9	4,5

Таким чином, можна зробити висновок, що студенти з низьким рівнем аутоагресії більше схильні використовувати адаптивні стратегії подолання стресових ситуацій, їхні копінг-стратегії більш збалансовані, що дає змогу краще пристосовуватися до умов зовнішнього середовища, менше шкодити собі і краще справлятися із життєвими труднощами. Юнаки з високим рівнем аутоагресії надають перевагу стратегії «уникнення проблем», що є пасивною стратегією й зазвичай абсолютно неефективною. Дослідники вважають, що будь-яка копінг-стратегія має свої позитивні й негативні сторони, оптимальним є використання різних стратегій відповідно до ситуації, саме тому середній рівень вираженості неадаптивної стратегії «уникнення проблем» є позитивним показником, адже в певних умовах це найкращий спосіб подолання стресової ситуації.

На основі теоретичного й емпіричного дослідження розроблено програму психологічної корекції аутоагресії студентів. В основі програми лежить застосування засобів когнітивно-поведінкової терапії в поєднанні з методом аутотренінгу. Метою програми психоло-

гічної корекції аутоагресії студентів є зниження рівня розвитку аутоагресії засобами когнітивно-поведінкової терапії. Програма психологічної корекції складається з 8 тренінгових занять по 2 години кожне та включає такі напрями:

- активізацію пізнавальної діяльності юнаків, пошук і надання актуальної та достовірної інформації щодо феномена аутоагресії й засобів подолання аутоагресії;
- опанування технік самоаналізу та самодіагностики;
- формування системи конструктивних життєвих смислів, ідей, переконань, заміну деструктивних переконань на конструктивні;
- активізацію механізмів саморегуляції поведінки та психофізіологічного стану, опанування технік і прийомів саморегуляції;
- формування адекватної самооцінки й відповідних вимог до себе;
- опанування прийомів і технік протидії деструктивним факторам зовнішнього середовища;
- сприяння розв'язанню внутрішньоособистісних конфліктів, суперечностей юнаків;
- формування й закріплення конструктивних форм поведінки.

Програма психологічної корекції аутоагресії юнаків включала в себе такі складники.

Просвітницький. Просвітницький складник включає міні-лекції та обговорення, що мають на меті ознайомлення юнаків з проблемою аутоагресії, а саме: можливі причини, наслідки, основні провокуючі й підтримуючі фактори аутоагресії, можливі способи подолання аутоагресії.

У рамках просвітницької роботи юнаки дізнаються про:

- нейрофізіологічний механізм утворення аутоагресії;
- види та прояви аутоагресії;
- взаємозв'язок аутоагресії та здоров'я людини;
- основи здорового способу життя;
- способи й механізми подолання аутоагресії.

Діагностичний складник. Діагностичний складник складається з технік і запитань, що мають на меті допомогти юнаку усвідомити власні потреби, цінності, проблеми, бажання й емоційний стан. У запропонованій нами програмі цю роль виконують техніки АВС-аналіз, «Інтроскоп» і відповідні запитання тренера й учасників тренінгу. У процесі діагностики тренер повинен бути максимально обережним, адже аутоагресія часто пов'язана з неприємними і травмувальними життєвими ситуаціями, згадування яких може спровокувати сильні емоційні реакції.

Корекційний складник. Завдання корекційного складника полягає в зміні деструктивних установок, переконань юнаків на конструктивні. Із цією метою використовувалися техніки «Сократівського діалогу» та «Переосячення», які дають змогу подивитися на проблему під різними кутами, розібратися в ній, знайти нове її розуміння. При роботі з аутоагресією юнакам потрібно усвідомити, що агресивне ставлення до себе не допомагає реально вийти із ситуації та що є кращі, більш продуктивні способи це зробити. Не менш важливим є усвідомлення юнаками цінності власного життя, здоров'я та добробуту для них самих, тобто прийняти ідею здорового егоїзму.

Тренінговий складник. Тренінговий складник має на меті засвоєння юнаками методів

саморегуляції, а також закріплення конструктивних способів мислення й поведінки. Тренінговий складник включає в себе вправи аутотренінгу «Дихання», «Важкість», «Тепло», «Серце», «Драбинка». Вправи аутотренінгу виконують функцію стабілізації психологічного стану юнаків для налаштування на продуктивну роботу й функцію відпрацювання конструктивних способів подолання стресу. За допомогою техніки когнітивно-поведінкової терапії «Цілеспрямоване повторення» та «STOP» юнаки мають можливість під час тренінгу відпрацювати нові, конструктивні способи мислення.

Окрім виконання вправ, юнаки виконують домашні завдання, що є не менш важливим складником корекційного процесу, ніж тренінгові заняття. Домашні завдання включають у себе:

- самостійне відпрацювання методів і технік когнітивно-поведінкової терапії та аутотренінгу;
- самостійне відпрацювання конструктивних способів мислення й поведінки;
- самоспостереження;
- налагодження якісного сну, здорового харчування, регулярної фізичної активності й прогулянок.

Саме завдяки постійній цілеспрямованій роботі групи та тренера досягається найкращий результат. Учасники групи підтримують один одного, допомагають, задають питання. Розбираючи схожі проблеми інших учасників групи, юнаки набувають нових навичок справлятися з власними проблемами.

Апробація програми психологічної корекції аутоагресії юнаків проводилася на експериментальній групі, яку становили 10 студентів, контрольній групі, яку становили 12 студентів. Вік досліджуваних студентів – 17–21 рік. Очікувані результати – зниження рівня аутоагресії.

Розглянемо отримані результати дослідження після проведення формульовального експерименту.

Результати діагностики аутоагресії за методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна представлено в таблиці 2.

Після формульовального експерименту в експериментальній групі високий рівень аутоагресії виявлено в 10% юнаків, замість 60% – до експерименту, що говорить про зниження

Таблиця 2

Розподіл юнаків за рівнем аутоагресії до й після формульовального експерименту за методикою «Ауто- та гетероагресія» Є.П. Ільїна (у %)

Рівень аутоагресії	Експериментальна група		Контрольна група	
	до ФЕ (у%)	після ФЕ (у%)	до ФЕ (у%)	після ФЕ (у%)
Високий	60	10	58	50
Середній	30	40	27	20
Низький	10	50	15	30

Примітка: ФЕ – формульовальний експеримент.

Таблиця 3

Розподіл студентів за домінуючими копінг-стратегіями до й після формувального експерименту (у %)

Стратегія	Рівень вираженості стратегії	Експериментальна група		Контрольна група	
		до ФЕ	після ФЕ	до ФЕ	після ФЕ
«Вирішення проблем»	Високий	0	20	8	17
	Середній	70	70	80	65
	Низький	30	10	22	22
«Пошук соціальної підтримки»	Високий	10	10	17	17
	Середній	80	80	75	75
	Низький	10	10	8	8
«Уникнення проблем»	Високий	50	20	42	34
	Середній	40	60	50	58
	Низький	10	20	8	8

Примітка: ФЕ – формувальний експеримент.

рівня аутоагресії, також після експерименту виявлено 50% юнаків з низьким рівнем аутоагресії, замість 10% до формувального експерименту. У свою чергу, у контрольній групі високий рівень аутоагресії до формувального експерименту виявлено в 58% юнаків і в 50% – після експерименту.

Далі розглянуто результати діагностики копінг-стратегій студентів до та після формувального експерименту.

Як видно з таблиці 3, рівень вираженості копінг-стратегій у студентів експериментальної групи змінився: до формувального експерименту в 50% студентів був високий рівень вираженості стратегії «уникнення проблем», це була домінуюча копінг-стратегія, інші копінг-стратегії були виражені набагато менше, після проходження корекційної програми відслідковується динаміка до зниження рівня дезадаптивної копінг-стратегії «уникнення проблем» і підвищення рівня адаптивних копінг-стратегій «вирішення проблем» і «пошук соціальної підтримки». У свою чергу, у контрольній групі зміни розвитку адаптивних чи дезадаптивних копінг-стратегій майже не відбулися.

Висновки з проведеного дослідження. Аутоагресія в юнацькому віці пов'язана з такими проявами самодеструктивної поведінки, як алкоголізм, наркоманія, суїцид, самоушкодження. Юнацький вік супроводжує велика кількість стресогенних факторів, зміна соціальних ролей, умов життя, що, у свою чергу, загострює внутрішньоособистісні конфлікти, позбавляє особистість стабільності й урівноваженості.

Розроблена й апробована програма психологічної корекції аутоагресії юнаків із застосуванням засобів когнітивно-поведінкової терапії та аутотренінгу дала знизити рівень аутоагресії в студентів і сприяла розвитку адаптивних копінг-стратегій. Програма психологічної корекції аутоагресії юнаків довела

свою ефективність і включала низку складників, що дають юнакам змогу опанувати методи саморегуляції, самопізнання, сформувані раціональні глибинні переконання та реалістичне бачення себе й навколишнього світу.

Перспективи подальших досліджень полягають у вдосконаленні системи методів і засобів психологічної корекції аутоагресії юнаків, методів непрямого профілактичного впливу виникнення аутоагресії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Каждая сотая смерть – самоубийство. WHO / World Health Organization. URL: <https://www.who.int/ru/news/item/17-06-2021-one-in-100-deaths-is-by-suicide> (дата звернення: 20.11.2021).
2. Klonsky D. The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review March*. 2007. № 2. P. 226–239.
3. Hawton K., Zahl D., Weatherall R. Suicide following deliberate self-harm: long-term follow-up of patients who presented to a general hospital. *British Journal of Psychiatry*. 2018. № 6. P. 537–542.
4. Пилягина Г.Я., Чумак С.А. Предикторы формирования и рецидивирования саморазрушающего поведения. *Суицидология*. 2014. Т. 15. № 2. С. 3–20.
5. Василевич Е.С. Молчаливый крик о помощи – самоповреждения (Self-Harm). URL: <http://www.vasilevich.kiev.ua/самоповреждения-self-harm/> (дата звернення: 20.11.2021).
6. Муселян О.М. Схильність студентської молоді України до аутоагресивної поведінки: основні тенденції та соціально-психологічні умови попередження. *Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти*. 2016. Т. 2. № 2. С. 20–31.
7. Зубенко С.В. Профілактика аутоагресивної та агресивної поведінки підлітків. URL: http://scholla5.ucoz.ru/index/profilaktika_autoagressivnogo_i_agressivnogo_povedenija_podrostkov/0-115 (дата звернення: 28.10.2021).
8. Невоструева Л.М. Аутоагресія та її профілактика. *Актуальні питання психологічної служби в освіті* : матеріали науково-практ. конф., Казань, 27 жовт. 2018 р. Казань, 2018. С. 45–50.

9. Любов Е.Б., Зотов П.Б., Банников Г.С. Самоповреждающее поведение подростков: дефиниции, эпидемиология, факторы риска и защитные факторы. *Научно-практический журнал*. 2019. Т. 10. № 37. С. 16–46.
10. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности. *Психологический журнал*. 1996. № 5. С. 3–18.
11. Autoaggressive behavior in young persons. *Psychophysiology and psychology*. 2017. № 4. P. 53–56.
12. Піддубняк С.В. Особливості особистісної диференціації та соціально-психологічні засоби корекції аутоагресивної поведінки молоді : дис. ... канд. психол. наук. Сєвєродонецьк, 2018. 258 с.
13. Вестбрук Д., Кенерлі Г., Кірк Д. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію : навчальний посібник / пер. з англ. Я. Кременська. Львів : СВІЧАДО, 2014. 51 с.
14. Ильин Э.П. Психология индивидуальных различий : учебник. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 701 с.
15. Amirkhan J.H. A factor analytically derived measure of coping the Coping strategy Indicator. *Journal of Personality and social Psychology*. 1990. Vol. 59. P. 1066–1074.

ІНДИВІДУАЛЬНА ОСВІТНЯ ТРАЄКТОРІЯ УЧНЯ В КОНТЕКСТІ ПРОФІЛЬНОЇ ШКОЛИ

INDIVIDUAL EDUCATIONAL TRAJECTORY OF A STUDENT IN THE CONTEXT OF A PROFILE SCHOOL

У статті викладено загальні психологічні засади профільного навчання й розвитку особистості старшокласника як суб'єкта самореалізації. Зазначено, що сутністю профільної школи є знаходження учнем особистісних смислів у майбутній професійній діяльності. Особистісний підхід у профільній школі розглянуто як важливий принцип психології, який забезпечує розуміння, пізнання та розвиток особистості в її цілісності й гармонії (В. Рибалка), що значно розширює можливості у виборі індивідуальної освітньої траєкторії старшокласника. Відзначено, що особистості учнів школи нового типу, де здійснюється профільне навчання, притаманні суперечливі ознаки, які призводять до складних особистісних проблем старшокласників та утруднюють процес професійного самовизначення. Емпіричне дослідження засвідчило недостатній рівень сформованості, диференційованості інтересів, самостійності вибору професії старшокласників. Найбільш актуальними мотивами, якими керуються старшокласники при виборі професії, є такі: 1) рівень оплати праці; 2) соціальний престиж роботи; 3) прагнення слави; 4) можливість самореалізації. Аналіз отриманих результатів дав змогу зробити висновок, що потреба в самореалізації не є пріоритетною при виборі старшокласниками майбутньої професії. Так, якщо в 10 класах перше місце посідають такі мотиваційні фактори, як «цікава робота» (39%) та «можливість самореалізуватися» (28%), то вже в 11 класі вони поступаються таким факторам, як «висока заробітна плата» (38,7%), «престиж професії» (29%), тобто матеріальний фактор стає домінуючим. Отже, дослідження засвідчило, що старшокласники переважно орієнтуються у виборі професії на її емоційну та матеріальну привабливість (поверховий рівень прояву інтересу) і не здійснюють глибокий аналіз характеристик власних інтересів і здібностей. Таким чином, сфера інтересів старшокласників недостатньо представлена в мотивації вибору професії. Учні знають про те, що професійна діяльність повинна бути цікавою для людини, викликати позитивні переживання, однак у реальному процесі професійного самовизначення сфера власних інтересів є досить поверховою і суттєво не впливає на остаточний вибір. Ці факти свідчать про наявність значної особистісної диференціації учнів за показниками цілісності й гармонійності, що потрібно враховувати в практичному й теоретичному планах при організації профільного навчання.

Ключові слова: самореалізація особистості, профільна школа, особистісний підхід, диференціація навчання, мотивація, професійне самовизначення старшокласників.

The article outlines the general psychological principles of specialized training and personal development of a senior pupil as a subject of self-realization. It is noted that the essence of the profile school is to find personal meanings in future professional activities by a pupil. The personal approach in the profile school is considered as an important principle of psychology, which provides understanding, cognition and development of personality in its integrity and harmony (V. Rybalka), which significantly expands the possibilities in choosing the individual educational trajectory of a senior pupil. It is noted that the students' personalities in the new type of school, where specialized training is carried out, are characterized by contradictory features that lead to complex personal problems of high school students and complicate the process of professional self-determination. An empirical research has shown an insufficient level of formation, differentiation of interests, and the independence of choice of profession of high school students. The most relevant motives that guide senior pupils when choosing a profession are: 1) the level of wages; 2) social prestige of work; 3) the desire for glory; 4) the possibility of self-realization. The analysis of the obtained results allowed us to conclude that the need for self-realization is not a priority when choosing a future profession by high school students. Accordingly, if in the 10th grade such motivational factors as "an interesting work" (39%) and "the opportunity for self-realization" (28%) take the first place, then in the 11th grade they yield to such factors as "high salary" (38, 7%), "prestige of the profession" (29%), i.e. the material factor becomes dominant. Thus, the study showed that senior pupils are mainly focused in choosing a profession on its emotional and material attractiveness (superficial level of interest) and do not carry out an in-depth analysis of the characteristics of their own interests and abilities. Consequently, the sphere of interests of high school students is insufficiently represented in the motivation to choose a profession. Students know that professional activity should be interesting for a person, cause positive experiences, but in the real process of professional self-determination, the sphere of self-interest is quite superficial and does not significantly affect the final choice. These facts testify to the presence of significant personal differentiation of students in terms of integrity and harmony, which should be taken into account in practical and theoretical plans when organizing professional training.

Key words: self-realization of personality, profile school, personal approach, differentiation of education, motivation, professional self-determination of high school students.

УДК 159.9:331.101.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.17>

Кириченко Т.В.
к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Постановка проблеми. Профільне навчання створює сприятливі умови для врахування індивідуальних особливостей, інтересів

і потреб старшокласників. Основою організації профільного навчання є реалізація учнем індивідуальної освітньої траєкторії. У зв'язку

з цим важливо звернути увагу на формування особистісної готовності старшокласників до профільного навчання, що передбачає їхню здатність стати суб'єктом навчальної і професійної підготовки, професійного саморозвитку й самовдосконалення. Тобто профільна школа повинна давати можливість кожному здобувачу, відповідно до своїх індивідуальних запитів і потреб, конструювати власну технологію профілізації освітнього простору. Але практика засвідчує, що зазвичай особистості учнів шкіл, де здійснюється профільне навчання, притаманні суперечливі ознаки з погляду її цілісності й гармонійності [10], що утруднюють, деформують або унеможливають процес професійного самовизначення, призводять до появи складних особистісних проблем, дисгармоній, патогенних тенденцій у розвитку старшокласників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Законодавчо закріплене профільне навчання в старшій школі є прогресивним кроком у підготовці школярів до майбутнього професійного вибору та самовизначення. Так, у Концепції профільного навчання відзначається, що загальною тенденцією розвитку старшої профільної школи є її орієнтація на широку диференціацію, варіативність, багатопрофільність, інтеграцію загальної й допрофесійної школи [6]. Перехід від загальноосвітніх шкіл до профільних дає можливість учням вибрати профіль, споріднений з їхніми інтересами, нахилами, здібностями, а це, у свою чергу, забезпечує більш свідомий вибір професії в недалекому майбутньому [1].

Профільне навчання найповніше реалізовує принцип особистісно зорієнтованого навчання, що значно розширює можливості здобувача освіти у виборі власної траєкторії. У Законі України «Про освіту» зазначено, індивідуальна освітня траєкторія – це персональний шлях реалізації особистісного потенціалу здобувача освіти, що формується з урахуванням його здібностей, інтересів, потреб, мотивації, можливостей і досвіду, ґрунтується на виборі здобувачем освіти видів, форм і темпу здобуття освіти, суб'єктів освітньої діяльності й запропонованих ними освітніх програм, навчальних дисциплін і рівня їх складності, методів і засобів навчання [2].

Успішний вибір і засвоєння профілю навчання забезпечує особистісна психологічна готовність учня до профільного навчання. У зв'язку з цим, перш ніж обрати профіль навчання, важливо звернути увагу на формування особистісної готовності учнів до профільного навчання, що передбачає їхню здатність стати суб'єктом навчальної і професійної підготовки, професійного саморозвитку й самовдосконалення [5].

Відповідно до особистісного підходу, людина, її психофізичний розвиток мають розглядатися як системне, цілісне, структурно-ієрархічне утворення, що має певну системну психологічну характеристику розвитку впродовж усього життя й системно регулює сукупність діяльностей та актів поведінки в конкретних ситуаціях життєдіяльності, забезпечуючи ефективну взаємодію з об'єктивною дійсністю [9; 10].

На думку В. Рибалка, особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників доцільно розглядати як один із важливих принципів психології та педагогіки, який забезпечує розуміння, пізнання й розвиток особистості в її цілісності й гармонійності. Він складається, відповідно, з концептуального, методико-психодіагностичного та психолого-технологічного компонентів.

Особистісний підхід повинен забезпечувати таке визначення індивідуально- й соціально-психологічних особливостей людини, яке б давало змогу прогнозувати, виявляти й розв'язувати гострі особистісні проблеми людини, запобігати їм, і завдяки цьому запобігати втратам її творчого потенціалу, надавати їй адекватну допомогу в компенсації відхилень від норми, у становленні здорового способу життя, у здійсненні творчого розвитку та плідної діяльності й поведінки [9, с. 128].

Професійна спрямованість вважається найвищим рівнем розвитку й основним системоформувальним фактором особистості. Це – інтегральна генералізована властивість особистості, що характеризується сукупністю домінуючих потреб і мотивів, відношень, установок і ціннісних орієнтацій. Великий вплив на формування професійної спрямованості мають індивідуально-психологічні особливості особистості: інтелектуальні, психомоторні, емоційні [3]. Будь-який вибір професії повинен бути свідомим, а отже, мотивованим. Аналіз мотивів вибору професії допомагає знайти відповіді на два важливі запитання: чому індивід проявляє активність у процесі професійного самовизначення й чому його активність спрямована саме на цей вид діяльності, а не на якийсь інший [8].

На етапі ранньої юності суспільний стан і статус старшокласників мають перехідне положення, що визначає деякі особливості його психіки. Старшокласників ще гостро хвилюють проблеми, що характерні для підліткового етапу, проте професійне й особистісне самовизначення передбачає чітку орієнтацію та визначення свого місця в дорослому світі [4; 7].

Отже, проблема профільного навчання майже завжди старшокласниками поєднується з проблемою глобальної життєвої перспективи. Це не лише подальше навчання

у виші, працевлаштування, матеріальний добробут, а й глибинні, особистісні проблеми самопізнання, самореалізації, самотворення.

Постановка завдання. Мета статті полягає в теоретичному огляді, аналізі сучасних психологічних розвідок проблем профільної школи й у виявленні особливостей їх реалізації в процесі диференціації навчання старшокласників.

Виклад основного матеріалу. Діяльність учня в процесі опанування профілю навчання має починатися з актуалізації відповідних потреб і мотивів, бути забезпеченою необхідною вихідною інформацією й розгортанням пізнавального процесу, на основі чого він ставить нову мету і складає програму профільної навчально-продуктивної-творчої діяльності, перебіг якої має обов'язково призводити до суспільного й особистісного значущого результату [5; 6; 10].

Оснovo свідомого вибору професії становить мотиваційне ядро, структуру якого утворюють комплекси мотивів: інтерес, обов'язок і самооцінка професійної придатності. Саме в 10 класі учень робить попередній вибір професійної діяльності, а в 11 класі приймає конкретне рішення майбутньої професії і здійснює її реальний вибір. Професійне самовизначення базується на інтересах, прагненнях суб'єкта, передбачає врахування власних можливостей і зовнішніх обставин.

Вивчення цього складного процесу передбачає розуміння того, що професійне самовизначення охоплює всю особистісну структуру старшокласника. Головним компонентом у самовизначенні старшокласників учені виділяють процес вибору, який людина здійснює свідомо й цілеспрямовано, у якому усвідомлюється, формується та реалізується життєва позиція особистості. З точки зору психологічного змісту самовизначення є самореалізацією й утіленням у життя обраних особистісних цінностей. Тому важливим моментом дослідження було виявлення того, яку професію школярі збираються здобути в майбутньому, а також чи визначилися вони взагалі з вибором професії та впевнені в ньому [3; 4; 7].

Старшокласникам, відповідно до завдань дослідження, пропонувалося дати відповідь на питання: чи обрали вони професію, якщо так, то чому саме зробили такий вибір. Відповіді на ці питання дали змогу виявити реальний вибір майбутньої професійної діяльності сучасними старшокласниками та визначити, яким професіям і чому саме їм вони надають перевагу. Наступним завданням було запропоновано визначити, що їх найбільше приваблює в майбутній професії: її престиж, висока заробітна плата, можливість самореалізації особистості, принести користь іншим, підвищити рівень знань і вмінь, цікава робота, прагнення до слави тощо. Зазначені показники

дали можливість виявити, на які аспекти орієнтуються старшокласники при виборі професії. Після цього завдання досліджуванам необхідно було визначити, хто найбільшою мірою вплинув на їхній вибір: товариші, батьки, інші люди, чи зробили вони його самостійно. Коли учень указував на власну самостійність вибору професії, то за допомогою методу бесіди з'ясувалося, чому старшокласник не врахував думку близьких йому людей, тобто знехтував думкою оточуючих.

До процедури опитування було залучено 67 старшокласників м. Переяслава. Отримані результати показали, що серед старшокласників спостерігається високий відсоток учнів, які зробили вибір професії, але не впевнені в ньому (45%). Цей факт можна пояснити поверховістю або навіть неусвідомленістю, нелогічністю такого професійного вибору. Часто старшокласники обирають ті професії, які рекламують, зовні є привабливими й, відповідно, видаються їм престижними та модними. Тільки 25% досліджуваних старшокласників упевнені у своєму професійному виборі. Також дослідження показало, що не всі учні, особливо десятикласники, здійснили вибір майбутньої професії. Значна частина старшокласників має сумніви у визначенні професії (12% 10 класів і 8% 11 класів). Аналіз отриманих результатів показав, які професії є пріоритетними для старшокласників. Так, найбільшу перевагу досліджуванні старшокласники надають таким професіям, як економіст, юрист, менеджер, програміст. Менш престижні професії – учитель, лікар, психолог.

Серед старшокласників, за результатами дослідження, виявилось, що найбільше учнів хочуть працювати в економічній сфері (26%), 22% віддали пріоритет соціальній сфері. Цей факт можна пояснити тим, що представники цих професій успішні, працюють у солідних фірмах. Привабливими для старшокласників є економічні спеціальності, це пов'язано з розвитком торгівлі та комерційної діяльності. Також зберігається престиж роботи у сфері політики, соціології (10%), незважаючи на складні умови праці. Цей факт можна пояснити активним політичним життям нашої країни. Разом із тим спостерігається зниження інтересу учнів до педагогічної діяльності, технічних спеціальностей. Отже, здійснюючи вибір професії, старшокласники повинні були спроектувати себе в майбутнє, тобто визначити, ким вони бажають стати, і зробити реальний вибір професійної діяльності.

З професійним вибором школярів пов'язана його мотивація, а саме: чому учні вибрали цю професію, чим зумовлений їхній професійний вибір. Цікаві результати отримані при аналізі динаміки домінуючих аспектів професії учнями 10 та 11 класів. Так, якщо

в 10 класах перше місце посідають такі мотиваційні фактори, як «цікава робота» (39%) і «можливість самореалізуватися» (28%), то вже в 11 класі вони поступаються таким факторам, як «висока заробітна плата» (38,7%) і «престиж професії» (29%), тобто матеріальний фактор стає домінуючим.

Найбільш важливими мотивами, якими керуються старшокласники при виборі професії, є такі: рівень оплати праці, соціальний престиж роботи, можливість самореалізації, прагнення слави. Аналізуючи отриманні результати, можемо виділити такі мотиваційні тенденції старшокласників: професійне самовизначення має безпосередній стосунок до розвитку особистості, від вузько особистісного ставлення (рівень оплати праці) до соціальної активності (принести користь суспільству).

В умовах переходу до ринкової економіки вибір професії в більшості старшокласників стає спрямованим на себе, на матеріальне благополуччя. Водночас, хоч і незначна частина учнів 11 класів, указали на можливість самореалізації, розвитку своїх здібностей і талантів, у 10 класі цей показник становив 28%. Усе ж таки у виборі професії важливу роль відіграє прагнення особистості до саморозвитку й самореалізації. На основі кількісного аналізу експериментальних даних встановлено провідні мотиваційні аспекти вибору професійної діяльності, тобто те, що найбільш є пріоритетним у професії. Учням було запропоновано вибрати те, що їх найбільше приваблює в майбутній професії: її престиж, висока заробітна плата, можливість самореалізуватися, принести користь іншим, підвищити рівень знань і вмінь, цікава робота, прагнення до слави тощо. Ці показники дали змогу визначити, на що передусім орієнтуються старшокласники при виборі професії. Професійне самовизначення особистості має спиратися на інтерес до діяльності при виборі професії. Результати дослідження засвідчили, що учні переважно орієнтуються лише на її емоційну та матеріальну привабливість (поверховий рівень прояву інтересу) і не здійснюють глибокий аналіз дієвих характеристик власних інтересів, здібностей. Поверховість як психологічна особливість професійного самовизначення, що виявилася в старшокласників, супроводжується проявами інших тенденцій, а саме: учні у виборі професії реально керуються іншими мотивами – мотивами отримання високого заробітку, високого соціального статусу, престижної професії, кар'єри. Сфера інтересів старшокласників недостатньо представлена в мотивації вибору професії. Учні знають про те, що професійна діяльність повинна бути цікавою для людини, виконуватися не за примусом, а за власним бажанням, викликати позитивні переживання, однак у реальному

процесі професійного самовизначення старшокласників сфера власних інтересів є досить поверховою і суттєво не впливає на остаточний вибір.

Таблиця 1
Кількісні показники мотиваційних аспектів професійного самовизначення старшокласників

Мотиваційні аспекти	10 класи		11 класи	
	абс.	%	абс.	%
Висока заробітна плата	6	16,4	12	38,7
Престиж	-	-	9	29
Цікава робота	14	29	5	16,1
Прагнення слави	3	8,3	2	6,5
Підвищення рівня знань, умінь	3	8,3	1	3,2
Прагнення самореалізуватися	10	28	2	6,5

Установлено також таку особливість, що, маючи навіть виражений інтерес до певної діяльності, учень інколи важко визначається стосовно майбутньої професії, до того ж у старшокласників переважають навчальні інтереси порівняно з професійними. Вони недостатньо усвідомлюють, що успішність з навчальних предметів чи захопленість чимось автоматично не забезпечує визначеність у професії. Для вирішення проблеми вибору професії та здійснення свідомого вибору професії необхідний аналіз її мотиваційно-смісловій сфери. Саме тут яскраво проявляється зв'язок особистісного та професійного самовизначення, адже, обираючи майбутню діяльність, людина обирає певну стратегію життя. У цьому контексті важливо розмежовувати звичайну людську зацікавленість від стійкого професійного інтересу, який виникає на основі всебічної об'єктивної інформації, у результаті ґрунтовного ознайомлення з характером та особливостями професійної діяльності й спеціального організованого навчання, що передбачає формування в школярів спрямованості на вибір професії.

Мотиви самореалізації в професійному самовизначенні представлені на досить невисоких, нижчих за середні (за 10-бальною шкалою) рангових позиціях (наближено 5–7). Виходячи з отриманих даних, можемо зробити висновок, що професійна діяльність сприймається старшокласниками як засіб досягнення значущих, життєво важливих цілей, а також обмеженість життєвого досвіду.

Важливим показником самореалізації особистості в професійному самовизначенні є прояв мотивації до саморозвитку та розкриття власних здібностей. За нашими даними, ці показники мають неоднозначну вікову динаміку. Так, учні 10 класу мають найбільш виражену орієнтацію на вибір професії відповідно до своїх

здібностей. Цей факт засвідчує, що на професійне самовизначення впливає соціальна ситуація розвитку країни, зокрема це стосується актуальності здійснення остаточного вибору. Оскільки часова перспектива прийняття остаточного рішення щодо професії суб'єктивно починає сприйматися учнями 10-х класів як більш віддалена, соціально-психологічний тиск дещо зменшується. Тому учні починають орієнтуватися на ідеальну модель професійного самовизначення, згідно з якою в мотивації вибору професії мотив розвитку власних здібностей є досить вагомим. Проте в 11-му класі, де перспективи переходу до професійної освіти є максимально близькими, мотив розкриття власних здібностей, саморозвитку в майбутній професійній діяльності поступається місцем мотивам високого заробітку та кар'єри. Отже, у відповідях учнів виявлено негативну тенденцію, яка полягає в домінуванні мотивації отримання високого соціального статусу та матеріальної винагороди над мотивами саморозвитку, самореалізації, саморозкриття здібностей. Аналіз отриманих результатів дав змогу зробити висновок, що потреба в самореалізації не є пріоритетною при виборі старшокласниками майбутньої професії. Економічна й політична нестабільність у країні сприяє ще більшому зростанню особистісних і професійних проблем старшокласників.

Наступним параметром для дослідження особливостей професійного самовизначення старшокласників був ступінь самостійності учнів у здійсненні професійного вибору. Як свідчать дані дослідження, які представлено в таблиці 2, більше половини учнів 10-х і 11-х класів (відповідно 47,3% і 58%) у професійному виборі переважно орієнтуються на власні бажання, переконання, думки стосовно майбутньої професійної діяльності, майже третина учнів старших класів (34%) у професійному виборі керується самостійним рішенням. Старшокласникам необхідно було визначити, хто найбільшою мірою вплинув на їхній вибір: товариші, батьки, інші авторитетні особи, зробили вони його самостійно. У разі самостійності зробленого вибору методом бесіди з учнями з'ясували, чому старшокласники при виборі професії не врахували думку оточуючих людей, особливо батьків.

Таблиця 2
Кількісні показники самостійності вибору професії

Сфери впливу	10 кл.		11 кл.	
	абс.	%	абс.	%
Батьки	17	47,3	18	58
Товариші	3	8,3	1	3,2
Родичі	3	8,3	2	6,5
Самостійно	13	36,1	10	32,3

Приблизно рівна кількість досліджуваних старшокласників (близько 52%) при виборі майбутньої професії покладається на думку старших, які мають більший досвід, краще орієнтуються в дорослому житті, їхнім порадам учні довіряють. Незначна кількість учнів 10 класів у процесі бесіди заявила, що їм складно визначити ступінь своєї самостійності, оскільки власні уявлення про обрану професію є ще досить нечіткими, а поради батьків їм не влаштовують. Низькі кількісні показники самостійності вибору майбутньої професії досліджуваними учнями, про що вже говорилося вище, ще раз підтверджують наше припущення, що на процес професійного самовизначення старшокласників значний вплив має соціальна ситуація розвитку, яка суб'єктивно сприймається ними як така, що не вимагає від них високого рівня активності в самоосмисленні, самовизначенні свого майбутнього. Переважна кількість учнів при виборі професійної діяльності покладається на думку батьків та інших людей.

Занепокоєння викликає той факт, що лише третина старшокласників здійснює вибір професійної діяльності з урахуванням своїх здібностей. Покладання цілей, неадекватних можливостям людини, може призвести до фрустрації та травмування особистості. Проте варто зазначити, що сучасна соціально-економічна ситуація значною мірою сприяє формуванню й закріпленню такої позиції старшокласників, оскільки при виборі професії учні змушене передусім орієнтуватися на можливість вступу до будь-якого навчального закладу. Такий підхід нерідко виключає міркування з приводу наявності необхідних здібностей і відповідності цього виду діяльності власній системі цінностей. З іншого боку, слідування тому, що сьогодні виглядає найперспективнішим і найпрестижнішим, нерідко призводить до того, що молода людина опиняється не на своєму місці.

Таким чином, зовнішні соціальні фактори, нестабільність економічної та політичної ситуацій, переважання індивідуалістської ідеології, низький рівень добробуту більшості населення країни, мають значний вплив на процес професійного самовизначення старшокласників. Тому значна частина сучасних школярів орієнтується передусім на матеріальний добробут. В ієрархії мотивів вибору професійної діяльності старшокласниками на першому місці стоїть заробітна плата. Однак гармонійний розвиток особистості передбачає поєднання особистісних мотиваційних потреб, інтересів, цінностей із суспільно значущими.

З метою вивчення особливостей впливу внутрішніх і зовнішніх факторів на професійне самовизначення та максимального нівелювання дії на нього останніх старшокласникам було

запропоновано застосувати метод моделювання в цьому процесі. Старшокласникам пропонувалося уявити, що всі професії є високооплачуваними, вони мають можливість обрати будь-яку з них. Далі ставилося запитання: «Якій професії вони надали б перевагу й чому?» Унаслідок отриманих даних встановлено, що за таких умов 32% учнів змінили б обрану майбутню професійну діяльність, причому якщо реальний вибір у більшості школярів був пов'язаний із такими професіями, як бізнесмен, підприємець, менеджер, економіст, юрист тощо, то, уже аналізуючи ідеальний вибір, ми можемо зустріти такі професії, як учитель, вихователь, психолог, педагог тощо. Таким чином, під впливом зовнішніх факторів суспільного життя старшокласники орієнтуються передусім на високооплачувані професії, а потім – на престижні. За ідеальних умов починають домінувати внутрішні фактори: інтереси, уподобання, схильності, особистісні якості, здібності. Результати дослідження дають змогу зробити висновок, що випускники шкіл усвідомлено відмежовують професійне самовизначення від особистісного. На етапі професійного вибору старшокласникам ще важко усвідомити, до яких наслідків у майбутньому може призвести ця суперечність.

Висновки. Емпіричне дослідження засвідчило, що особливості професійного самовизначення старшокласників у сучасній соціальній ситуації країни зумовлені не лише індивідуально-психологічними особливостями особистості (інтереси, здібності, бажання), її духовними потребами, а також й деструктивною соціально-економічною ситуацією в нашій країні.

Таким чином, зовнішні соціальні фактори, нестабільність економічної та політичної ситуацій, переважання індивідуалістської ідеології, низький рівень добробуту більшості населення країни, мають значний вплив на процес професійного самовизначення старшокласників. Тому значна частина сучасних школярів орієнтується передусім на матеріальний добробут. В ієрархії мотивів вибору професійної діяльності старшокласниками на першому місці

стоїть заробітна плата. Однак гармонійний розвиток особистості передбачає поєднання особистісних мотиваційних потреб, інтересів, цінностей із суспільно значущими. В ієрархії мотивів професійного вибору молоді переважають матеріальне забезпечення та престижність професії, витісняючи потребу в самореалізації. Ці факти вказують на необхідність профорієнтаційної роботи з метою вивчення професійних інтересів школярів, їхніх схильностей, намірів, ідеалів і надання кваліфікованої допомоги в здійсненні професійного вибору після закінчення школи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г., Перепелиця П. Психолого-педагогічні засади організації профільної допрофесійної підготовки школярів. *Педагогіка і психологія проф. освіти*. 1998. № 5. С. 149–159.
2. Про Освіту : Закон України. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. 2017. № 38–39. С. 380.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учебное пособие для студентов вузов. Москва : Академический Проект ; Екатеринбург : Деловая книга, 2003. 336 с.
4. Ильченко А.А. Особенности социального самоопределения старшеклассников. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 12. С. 63–69.
5. Кизенко В.І. З вітчизняного досвіду організації профільного навчання в старшій школі. *Підручник для директора*. 2003. № 11/12. С. 61–74.
6. Концепція профільного навчання в старшій школі : Наказ Міністерства освіти і науки України від 21.10.2013 № 1456. *Трудова підготовка в сучасній школі*. 2013. № 10. С. 2–10.
7. Листопад М.П. Професійне самовизначення старшокласників. *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. № 5. С. 25–38.
8. Пенкарт Л.В. Мотивы выбора профессии. Минск : Народная асвета, 2006. 105 с.
9. Рибалка В.В. Методологічні питання наукової психології. Київ : Ніка-Центр, 2003. 204 с.
10. Рибалка В.В. Особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників : монографія. Київ : ІППО АПН України, 1998. 160 с.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРУКТУРИ ЦІНІСНО-ПОТРЕБОВОЇ СФЕРИ БЛОГЕРІВ

THE EMPIRICAL STUDY OF THE STRUCTURE OF VALUE-NEEDED SPHERE OF BLOGGERS

У статті розглядається блогінг як сучасна субкультура та медіа, яка впливає на молоде покоління, визначаючи поведінку й ментальність її учасників. Емпіричне дослідження потреб і ціннісних орієнтацій блогерів проілюструвало, що пріоритетними термінальними ціннісними орієнтаціями для блогерів є активне життя, цікава робота, матеріально забезпечене життя, кохання, свобода, здоров'я. Серед найбільш бажаних інструментальних цінностей блогерів можна виділити сміливість у відстоюванні своєї думки, відповідальність, ефективність у справах, незалежність, сильна воля. Виявлено ієрархію потреб, згідно з якою на першому місці у блогерів знаходиться блок потреб у матеріальному становищі (M=27); на другому – потреба в самореалізації (M=22,5); на третьому – потреба в повазі з боку оточення (M=21,7); на четвертому – потреба в безпеці (M=20); на п'ятому – потреба в міжособистісних зв'язках (M=18,2). За допомогою кореляційного аналізу розкрито специфіку взаємозв'язку структурних компонентів ціннісно-потребової сфери в особистості блогерів: матеріальні потреби блогерів позитивно корелюють з орієнтацією на матеріально забезпечене життя, негативно – з орієнтацією на духовне задоволення та цікаву роботу; потреба в міжособистісних зв'язках негативно корелює з нетерпимістю до чужих/власних недоліків і з орієнтацією на незалежність. Лocus контролю життя у блогерів залежить від орієнтації на матеріально забезпечене життя й цікаву роботу. Результативність життя блогерів забезпечується матеріальним життям і власним престижем.

Ключові слова: блогінг, ціннісні орієнтації, потреби, ціннісно-потребова сфера, блогери, інструментальні цінності, термінальні цінності, смисложиттєві орієнтації.

The article examines blogging as a modern subculture and media that influences the modern young generation, determining the behavior and mentality of its participants. The empirical study of the needs and value orientations of bloggers has illustrated that the most priority terminal value orientations for bloggers are: active life, interesting work, materially secure life, love, freedom, health. Among the most desirable instrumental values of bloggers, one can single out: courage in defending one's opinion, responsibility, efficiency in business, independence, strong will. During the study of the hierarchy of needs, it was found that the first place was taken by the block of needs in material position (M=27); the second was the need for self-realization (M=22.5); third was the need for respect from people (M=21.7); fourth was the need for security (M = 20); fifth was the need for interpersonal relationships (M=18.2). With the help of the correlation analysis, the specificity of the relationship between the structural components of the value-need sphere in the personality of bloggers was revealed. Thus, the material needs of bloggers are positively correlated with an orientation towards a materially secure life, negatively with an orientation towards spiritual satisfaction and interesting work; the need for interpersonal connections is negatively correlated with intolerance to other people's / their own shortcomings and with an orientation towards independence. Bloggers' locus of control of their lives depends on their orientation towards a materially secure life and interesting work. The productivity of bloggers' lives is ensured by material wealth and personal prestige.

Key words: blogging, value orientations, needs, value-demand sphere, bloggers, tool values, terminal values, meaning-life orientations.

УДК 159.923.33
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.18>

Кокоріна Ю.Є.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Морару Д.І.

магістр кафедри загальної психології та психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Постановка проблеми. Сьогодні вітчизняні та зарубіжні науковці відкривають для себе блогосферу як нову галузь психологічних досліджень, вивчаючи різні її аспекти. Блогінг як нова найпопулярніша субкультура створює альтернативні соціальні простори, у які включається молодь і які тією чи іншою мірою визначають поведінку й ментальність її учасників, з одного боку, з іншого – блогінг стає тим екраном, який проявляє актуальні тенденції сучасного суспільства.

Інакше кажучи, блогер, як транслятор ідей сучасності, формуючи свій контент у соціальних мережах, може здійснювати як позитивний, так і негативний вплив на читачів/слухачів, на їхній психоемоційний стан, ціннісно-потребову орієнтацію та сприйняття соціальної дійсності, оскільки інформація на різнобічні теми трактується з точки зору самого блогера. Крім цього, у блогосфері відображається автентичний контент: думки молодих людей, їхні проблеми, труднощі, яким вони можуть надати статус публічного. Тут також можна говорити про феномен «двійництва», де відбувається «пристібка» людини до образу блогера, до його погляду на стосунки, на світ і себе, тобто блогер виступає для іншого «дзеркалом себе», через якого відображаються власні думки, власна позиція до будь-якого явища або людини.

Звертаючись до дослідження блогінгу/блогосфери, ми спиралися на ті ідеї, які артикульовані в теорії соціальної спільності. Становлення й розвиток цієї теорії пов'язаний з іменами таких вітчизняних авторів, як Л. Бутузова, М. Голубенко, С. Горошкіна, І. Гудінова, О. Карпенко, М. Ковальчук, М. Міщенко, І. Насмінчук, О. Юр'єва й ін. У працях цих науковців блогер і блогосфера розглядаються як престижна професія [3], яка включає

комунікативну функцію, ґрунтуючись на основних соціально-психологічних механізмах спілкування: зараження; переконання; наслідування; навіювання [5]; функцію саморозкриття й самоактуалізації, згуртування й утримання соціальних зв'язків, а також психотерапевтичну функцію [6]; являє собою ресурс життєтворчості та самопрезентації, літопис особистого життя, який спрямований на обмін думками з конкретної теми [1].

Інші автори визначають блог як певний засіб зв'язку журналіста з аудиторією, де є можливість поширити власну суб'єктивну думку стосовно того чи іншого питання або проблеми з урахуванням обмежень, які можуть бути встановлені політикою відповідної платформи, медіа чи хостингу стосовно контенту. Також визначають, що можливість спілкування з читачами/глядачами збільшує довіру та покращує ефективність впливу повідомлення й роботи медіасистеми в цілому [4].

Отже, сьогодні блогосфера, як один із вимірів сучасного існування соціуму, залишається серйозним засобом впливу на особистість. Профайли різних діячів – це місця для задіяння механізмів впливу та формування суспільної думки. У контексті цього неоднозначне сприйняття діяльності блогерів суспільством, а також розв'язок соціальних мереж і блог-платформ, недостатня кількість досліджень блогінгу актуалізують доцільність розкриття питання дослідження структури ціннісно-потребової сфери блогерів.

Мета статті – емпірично дослідити особливості структури ціннісно-потребової сфери особистості блогерів і визначити специфіку взаємозв'язку її структурних компонентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою вивчення ціннісно-потребової сфери блогерів проведено дослідження, у якому взяло участь 30 респондентів, що займаються блогінгом на різних соціальних платформах. Вік досліджуваних становив діапазон від 16 до 25 років. Найбільш задіяними виявилися Інстаграм-блогери. До них увійшли володарі персональних акаунтів, travel-блогери, fashion-блогери, вайнери, блогер-письменник, блогер-історик, блогер сексуальної освіти.

Підбір діагностичних методик виконувався на підставі дотримання таких критеріїв організації та проведення психологічного дослідження: концептуальної обумовленості методів, їх доцільності й валідності. Кожна діагностична методика передбачала можливість виявлення цінностей та ієрархії потреб блогерів: методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича; методика «Ієрархія потреб» у модифікації І. Акіндінової; опитувальник термінальних цінностей І. Сеніна; тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва.

Отримані результати методики М. Рокича щодо вивчення термінальних та інструментальних цінностей представлено в таблицях 1 і 2.

Таблиця 1

Результати дослідження термінальних цінностей блогерів

№ з/п	Цінність	M _{ср} (середні показники виборів досліджуваних)
1	Активне, діяльне життя	2,2
2	Життєва мудрість	11,9
3	Здоров'я	5,5
4	Цікава робота	3,4
5	Краса природи й мистецтва	17
6	Кохання	4
7	Матеріально забезпечене життя	3,5
8	Добрі, вірні друзі	8,4
9	Щастя інших	14,3
10	Громадське визнання	12,9
11	Пізнання	11
12	Розвиток	10,5
13	Продуктивне життя	11,2
14	Свобода	4,4
15	Щасливе сімейне життя	6,4
16	Творчість	15,6
17	Упевненість у собі	10,6
18	Розваги	14,4

Таблиця 2

Результати дослідження інструментальних цінностей блогерів

№ з/п	Цінність	M _{ср} (середні показники виборів досліджуваних)
1	Акуратність	10,9
2	Вихованість	5,7
3	Високі вимоги	12,7
4	Життєрадісність	7,4
5	Ретельність (дисциплінованість)	14,1
6	Незалежність	4,6
7	Нетерпимість до чужих і власних недоліків	14,3
8	Освіченість	10,6
9	Відповідальність	4
10	Раціоналізм	10
11	Самоконтроль	12,5
12	Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів	3,9
13	Сильна воля	5,2
14	Терпимість до поглядів і думок інших (уміння вибачати їм)	14,7
15	Широта поглядів	12,9
16	Чесність (правдивість, щирість)	12
17	Ефективність у справах	4,3
18	Чутливість (дбайливість)	10,6

Отже, як можна побачити з наведеної вище таблиці, пріоритетними термінальними ціннісними орієнтаціями для блогерів є активне, діяльне життя (M=2,2), цікава робота (M=3,4), матеріально забезпечене життя (M=3,5), кохання (M=4), свобода (M=4,4), здоров'я (M=5,5). Високі показники за цими шкалами можуть свідчити про те, що ті переконавання, які є актуальними та входять до системи цінностей, формують пріоритети в рамках вибору професії та особистісної життєвої позиції.

Як цінності, що зайняли найнижчу позицію в термінальних цінностях блогерів, є щастя інших (M=14,3), розваги (M=14,4), творчість (M=15,6), краса природи й мистецтва (M=17).

Отже, переважно ціннісні орієнтації блогерів стосуються основних сфер самореалізації людини.

Ступінь реалізації термінальних цінностей блогерів є такою: найбільш реалізованими ціннісними орієнтаціями є здоров'я (89,5%), краса природи й мистецтва (88,8%), активне, діяльне життя (87,2%), пізнання (85,4%), розвиток (82%), щасливе сімейне життя (81%), добрі, вірні друзі (81%).

Для більш точного дослідження системи ціннісних орієнтацій особистості блогерів необхідно також звернутися до результатів дослідження інструментальних цінностей, що слугують як засоби реалізації для термінальних.

Як видно з вищенаведеної таблиці, серед найбільш бажаних інструментальних цінностей блогерів можна виділити такі, як сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів (M=3,9), відповідальність (M=4), ефективність у справах (M=4,3), незалежність (M=4,6), сильна воля (M=5,2).

Як цінності, що зайняли найнижчу позицію в інструментальних цінностях блогерів, є терпимість до поглядів і думок інших (уміння вибачати їм) (M=14,7), нетерпимість до чужих і власних недоліків (M=14,3), ретельність (дисциплінованість) (M=14,1).

Отже, можна припустити, що як засоби для досягнення мети домінуючі інструментальні цінності стають тим інструментом, який допомагає рухатися до останньої – професійного становлення особистості. Це співвідноситься з отриманими даними щодо термінальних цінностей (див. таблицю 1). Таким чином, можна відмітити, що зазначені інструментальні цінності регулюють професійну самореалізацію блогерів.

Ступінь реалізації інструментальних цінностей блогерів є такою: чесність (89%), вихованість (88%), освіченість (84,8%), сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів (81,8%), акуратність (81,5%).

Наступним етапом у дослідженні було вивчення рівня потреб у досягненні за допомо-

гою методики «Ієрархія потреб» І. Акіндінової. При обробці даних виводилася та підраховувалася кількість разів вибору кожної потреби, яку зроблено кожним респондентом, після чого проводився підрахунок середнього показника для кожної окремої потреби та підрахунок кількості виборів потреб за шкалами – ієрархіями потреб. Отримані дані наведено в таблиці 3.

Таблиця 3

Результати дослідження системи потреб блогерів

№ з/п	Цінність	M _{ср} (середні показники виборів досліджуваних)
1	Домогтися визнання й поваги	7
2	Мати теплі взаємини з людьми	7,7
3	Забезпечити собі майбутнє	9
4	Заробляти на життя	10,3
5	Мати хороших співрозмовників	4,7
6	Зміцнити своє становище	7,9
7	Розвивати свої сили і здібності	7,1
8	Забезпечити собі матеріальний комфорт	9,7
9	Підвищувати рівень майстерності й компетентності	8,8
10	Уникати неприємностей	4,8
11	Прагнути до нового, незвіданого	6,9
12	Забезпечити положення впливу	6,7
13	Купувати гарні речі	7
14	Бути зрозумілим іншими	6
15	Займатися справою, що вимагає повної віддачі	5,8

Згідно з отриманими даними, можна зробити висновок, що в середньому серед блогерів найбільш актуальними є такі потреби, як заробляти на життя (10,3), забезпечити собі матеріальний комфорт (M=9,7), забезпечити собі майбутнє (M=9), підвищувати рівень майстерності й компетентності (M=8,8), зміцнити своє становище (M=7,9), мати теплі взаємини з людьми (M=7,7). Отримані дані можуть свідчити про ту актуальну тенденцію, яка транслюється в суспільстві: матеріальне благополуччя дорівнює успіху, яку молодь проголошує для себе як цінність.

Продовжуючи дослідження потребової сфери блогерів, провели підрахунок згідно з блоками потреб і виявили середньостатистичну для цієї вибірки ієрархію потреб.

Аналізуючи ієрархію потреб блогерів, можемо зазначити, що на першому місці знаходиться блок потреб у матеріальному становищі (M=27); на другому – потреба в самореалізації (M=22,5); на третьому – потреба в повазі з боку людей (M=21,7);

на четвертому – потреба в безпеці (M=20); на п'ятому – потреба в міжособистісних зв'язках (M=18,2). Така динаміка може свідчити про здійснений вибір професійної орієнтації в бік блогінгу як професії сучасності, тому для людини фінансова та кар'єрна самореалізація стоять на вищій ланці, ніж міжособистісні взаємини.

Отже, інтерпретуючи отримані дані, можемо говорити про вплив суспільно-соціальних еталонів на вибір діяльності людиною, зокрема вибір професійної діяльності, що, у свою чергу, артикулюватиме систему цінностей і потреб особистості, що корелює з поглядами вчених системно-структурного та діяльнісного підходів (А. Бодальов, А. Здравомислов, О. Леонтьєв, В. Мухіна, С. Рубінштейн та ін.).

Далі проведено дослідження сенсожиттєвих орієнтацій, які визначаються як вираження прагнення особистості, як основа її мотиваційної сфери. Результати за тестом «Сенсожиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва представлені в наведеній нижче таблиці 4.

Отже, середній рівень за шкалою «Локус контролю – життя» (M=22,13) підкреслює такі особливості діяльності блогерів, як необхідність бути активним, соціально включеним у різні ситуації, контролювати багато громадських рухів і потоків.

Середній рівень за шкалою «Локус контролю – Я» (M=20,38) характеризує уявлення особистості про себе як про сильну персону, котра володіє свободою вибору, вірою у свої сили, будує життя відповідно до своїх цілей та уявлень про її сенс.

Таблиця 4

Рівень сенсожиттєвих орієнтацій блогерів

Субшкали	Середнє значення
Процес життя	21,4
Результативність життя	21,77
Локус контролю – Я	20,38
Локус контролю – життя	22,13
Цілі в житті	19,54

Таблиця 5

Середньогрупові показники ціннісних орієнтацій блогерів

Термінальні цінності	Загальна вираженість
Власний престиж	42,6
Високе матеріальне становище	48,3
Активні соціальні контакти	43,1
Креативність	40,05
Досягнення	42,8
Духовне задоволення	35,4
Збереження власної індивідуальності	40,2
Розвиток себе	38,3

Шкала «Результативність життя» (M=21,77) свідчить про те, що група блогерів оцінює себе якнайбільш сучасних молодих людей, які думають про себе як про більш успішних порівняно з іншими.

За шкалою «Процес життя» виявлено середні показники (M=21,4), тобто блогери, опиняючись включеними в актуальні теми сучасності, охоплюючи актуальні інформаційні потоки, більше за інших проявляють емоційну задоволеність.

Середній рівень за шкалою «Цілі життя» (M=19,54) може свідчити про деяку соціальну зрілість у блогерів, розуміння власних цілей і сенсів, про здібність надати оцінку засобів досягнення цілей.

Отже, як видно з отриманих даних, можна припустити, що для особистості, яка обрала сферу блогінгу, усвідомлення сенсожиттєвих цінностей спонукає до самовдосконалення та самореалізації, що є важливим чинником самоствердження в значимому оточенні. Однак виявилось, що самооцінка блогерів є нестабільною, може змінюватися залежно від ситуацій ефективності-неефективності. Респонденти краще визначають близькі й середні перспективи, аніж далекі, мають уявлення про стратегію досягнення мети, хоча не завжди перебірливі в засобах її досягнення.

Наступним був аналіз результатів дослідження ціннісних орієнтацій, отриманих за методикою І. Сеніна.

Як можна побачити у вищенаведеній таблиці, у групі блогерів респонденти надають перевагу таким цінностям, як «високе матеріальне становище» (головний сенс – фінансове благополуччя; M=48,3), «активні соціальні контакти» (побудова продуктивних відносин у різних сферах соціальної взаємодії, розширення міжособистісних контактів, реалізація своєї соціальної ролі; M=43,1) і «досягнення» (наявність конкретних цілей, важливих для досягнення; M=42,8).

Бачимо, що деякі цінності за методикою І. Сеніна також виявилися на провідних позиціях, як і за методикою М. Рокича (наприклад, «досягнення», «активні соціальні контакти»). Цінності, що займають високе становище, підкреслюють необхідність мати певні особистісні якості (особливо у сфері комунікації), щоб реалізовуватися як блогер. Високе матеріальне становище як цінність підтверджує ще раз, як і в методиці М. Рокича, бажання заробляти цією діяльністю, розвивати блог як комерційний проект, досягати певних цілей у подібній формі активності.

Менш вираженими в групі блогерів є цінності: «духовне задоволення» (перевага духовних потреб над матеріальними; M=35,4) і «розвиток себе» (тенденція до самоосвіти, збагачення особистості за допомогою розвитку своїх

здібностей та особистісних характеристик; $M=38,3$). У цьому випадку можна відзначити, що, з одного боку, блогінг виявляється тією формою, яка дає змогу швидко донести свій контент, свої пріоритети до соціального оточення (передплатників), усе це задає вектор очікування й отримання швидкого результату, який не включає вимір духовності, оскільки останньому потрібен час і самотрансценденція. З іншого боку, така ситуація може призвести до формування неякісного контенту, з безвідповідальним ставленням блогера до того, який вплив надає отримана інформація на аудиторію.

Щоб дослідити психологічні особливості взаємозв'язку потреб і ціннісних орієнтацій блогерів, вирішено провести кореляційний аналіз між показниками методик «Ціннісні орієнтації» М. Рокича, «Ієрархія потреб» у модифікації І. Акіндінової, опитувальника термінальних цінностей І. Сеніна, тесту сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва.

Отже, кореляційний аналіз дав змогу виявити специфіку потреб блогерів і їхніх ціннісних орієнтацій. Матеріальні потреби блогерів позитивно корелюють із такою термінальною ціннісною орієнтацією, як «матеріально забезпечене життя» (0,510). Інакше кажучи, людина, яка обрала блогінг як свою професію, поєднає її з матеріальним благополуччям. У ряд матеріальних потреб з негативною кореляцією потрапили такі термінальні цінності, як «духовне задоволення» (-0,326) і «цікава робота» (-0,295). Отримані дані можуть свідчити про те, що блогосфера стає тією рамкою, яка охоплює людину ідеєю постійно створювати цікавий контент заради залучення передплатників/фоловерів, тим самим урізуючи бік змісту та сенсів.

Крім цього, у блогерів виявлено негативний взаємозв'язок потреб у міжособистісних взаєминах і цінностями «незалежність» (-0,348) і «нетерпимість до чужих і власних недоліків» (-0,372). Отже, чим більш значущим для бло-

гера стає соціальне оточення й міжособистісне ставлення, тим небезпечнішим воно для нього стає, оскільки сама людина починає втрачати переживання своєї незалежності як у судженнях, так і в поведінці.

Можна запропонувати декілька інтерпретацій отриманих даних. З одного боку, можна припустити, що ті цінності, які зайняли низькі позиції в респондентів групи блогерів, скоріше входять у розріз із цінностями, що волюють у суспільстві. З іншого боку, тривога, яка виявляє себе в перспективі вибудовування міжособистісних взаємин, незмінно свідчить про заміну справжніх цінностей і бажань суб'єкта суспільно значущими.

Значні кореляції виявлено в блогерів між потребами в самореалізації й такими ціннісними орієнтаціями: «нетерпимість до чужих і власних недоліків» (0,301), «власний престиж» (0,337), а також «широта поглядів» (0,298). Результати кореляційного аналізу показали, що блогери, бажаючи особистісного розвитку в певній сфері діяльності, орієнтовані на збагачування своїх знань, розширювання кругозору та мислення, зміцнювання свого становища в групі.

Позитивні кореляційні відношення виявлено в таких категоріях: локус контролю життя позитивно корелює з термінальними цінностями «матеріально забезпечене життя» (0,433) і «цікава робота» (0,397); результативність життя позитивно корелює із цінностями: «власний престиж» (0,299) і «матеріально забезпечене життя» (0,417). Інакше кажучи, для блогерів їхнє становище в житті та групі, а також матеріальний успіх є запорукою результативного життя.

Таким чином, у результаті кореляційного аналізу взаємозв'язку ціннісних орієнтацій і потреб особистості на прикладі блогерів виявлено зв'язок між домінуючою потребою сферою та відповідними, обраними як пріоритетні, термінальні й інструментальні ціннісні орієнтації, які становлять їхні структурні

Таблиця 6

Взаємозв'язок потреб і ціннісних орієнтацій блогерів

Шкали	Потреба в матеріальному становищі	Потреба в міжособистісних зв'язках	Потреба в само-реалізації	Локус контролю життя	Результативність життя
Духовне задоволення	-0,303				
Матеріально забезпечене життя	0,510			0,433	0,417
Нетерпимість до чужих і власних недоліків		-0,372	0,301		
Власний престиж			0,337		0,299
Широта поглядів			0,298		
Незалежність		-0,348			
Цікава робота	-0,295			0,397	

компоненти, взаємодоповнюючи й підтримуючи один одного.

Висновки з проведеного дослідження. У ході емпіричного дослідження ціннісно-потребової сфери блогерів визначено кореляційний взаємозв'язок між потребами й ціннісними орієнтаціями. Виявлено, що матеріальні потреби блогерів позитивно корелюють з орієнтацією на матеріально забезпечене життя, негативно – з орієнтацією на духовне задоволення та цікаву роботу. Потреба в міжособистісних зв'язках негативно корелює з нетерпимістю до чужих/власних недоліків і з орієнтацією на незалежність. Основою потреби блогерів у самореалізації є орієнтація на власний престиж і розвиток широти поглядів. Локус контролю життя в блогерів залежить від орієнтації на матеріально забезпечене життя й цікаву роботу. Результативність життя блогерів забезпечується матеріальним життям і власним престижем.

Таким чином, дослідження показало, що ціннісно-потребова сфера блогерів прямо залежить від суспільно-соціальних пріоритетів, через які особистість формує свою життєдіяльність і професійний вибір. Блогінг стає тією платформою, де відбувається й конституювання, і трансляція цінностей не тільки особистісних, а й сучасного суспільства.

Як припущення можна зазначити, що саме ті пріоритетні ціннісні орієнтації, які в житті блогерів не мають достатньої реалізованості й можуть виступати як одна з базових потреб

особистості, відштовхуються або заперечуються, оскільки не співвідносяться з актуальною соціальною ситуацією або тенденцією культури. Отже, вирішення питань взаємозв'язку потреб і ціннісних орієнтацій блогерів відкриває великий простір для подальших досліджень у цьому напрямі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гудінова І.Л. Блог-блогер-блогосфера в психологічних дослідженнях. *Молодий вчений*. 2015. № 2. С. 235–248.
2. Гужова І.В., Кухоренко Л.Ю. Блог как платформа самопрезентации молодёжи (анализ русскоязычной блогосферы). *Connect universonum 2012* : материалы междунар. науч.-практ. интернет-конф. «Влияние новых медиа на сознание и поведение молодежи: междисциплинарный подход». Томск : Томский гос. ун-т, 2012. С. 25–28.
3. Карпенко О.І. Блогер як медіаособа. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. 2016. № 22. С. 135–137.
4. Ковальчук М.Ю., Насмінчук І.А. Блог як засіб зв'язку журналіста з аудиторією. *International scientific and practical conference*. Wloclawek, Republic of Poland, 2020. № 27–28. С. 91–94.
5. Міщенко М.М. Інформаційне суспільство: соціологія та психологія блогерства. *Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти*. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. № 48(52). С. 204–207.
6. Юр'єва Е.А., Горошкіна С.А. Різносторонній вплив соціальних мереж інтернету на соціалізацію молоді. *Молодий вчений*. 2010. № 7. С. 297–300.

ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ПРОЦЕСІ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ

CAUSES AND WAYS OF OVERCOMING INTERPERSONAL CONFLICTS IN THE PROCESS OF PERSONAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOLERS

У статті розглядаються різні причини й умови виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у процесі особистісного розвитку дітей дошкільного віку, а також визначені шляхи їх подолання, які полягають у створенні оптимальної емоційно-ціннісної атмосфери в сім'ї та закладах дошкільної освіти тощо. Актуальність матеріалу, викладеного в статті, зумовлена тим, що реалії сьогодення засвідчують тенденцію до збільшення кількості дітей із порушеннями психічного розвитку: неврівноваженість, агресивність, тривожність, замкнутість тощо. З'ясовано, що роль сім'ї є визначальною у формуванні гармонійної особистості, яка пізнає культуру, моральні правила, норми, звички міжособистісної та індивідуальної поведінки.

Означено низку причин, які прямо пов'язані з виникненням внутрішньоособистісних конфліктів, а також розкрито основні характеристики, показники, специфічні особливості, класифікації видів і стратегії їх вирішення. Простежено, що в дошкільному віці закладається потенціал психологічного розвитку особистості, складаються уявлення про себе, відносини з оточуючими людьми і ставлення до навколишнього світу. Особлива увага автора приділяється збагаченню внутрішнього світу дитини, який включає такі компоненти: цінності, мотиви й самооцінку. Метою статті є з'ясування сучасних уявлень про особливості причин виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у дошкільному періоді.

У статті розглядаються різні погляди науковців (А. Анцупов, І. Бех, А. Вайц, В. Джелалі, Т. Маланіна, А. Шипілов та ін.) щодо проблеми виникнення внутрішньоособистісних конфліктів. Автори вважають, що причиною виникнення внутрішньоособистісних конфліктів у дошкільному періоді є насамперед недоліки сімейного виховання.

Ключові слова: особистість, внутрішні конфлікти, внутрішньоособистісні кон-

флікти, внутрішній світ, діти дошкільного віку.

The article considers (discusses) different causes and conditions of interpersonal conflicts in the process of personal development of preschool children, as well as identifies ways to overcome them, which are to create an optimal emotional and value atmosphere in the family and preschool institutions and more. The relevance of the material presented in the article is due to the fact that today's realities show a tendency to increase the number of children with mental disorders: imbalance, aggression, anxiety, isolation, and so on. It was found that the role of the family is crucial in the formation of a harmonious personality that knows the culture, moral rules, norms, habits of interpersonal and individual behavior.

A number of causes that are directly related to the occurrence of interpersonal conflicts are identified, as well as the main characteristics, indicators, specific features, classifications of species and strategies for their resolution are revealed.

It is observed that in preschool age the potential of psychological development of the personality is laid, ideas about oneself, relations with surrounding people and attitudes to the surrounding world are formed. The author pays special attention to the enrichment of the child's inner world, which includes the following components: values, motives and self-esteem.

The aim of the article is to clarify modern ideas about the peculiarities of the causes of intrapersonal conflicts in the preschool period.

The article considers different views of scientists (A. Antsupov, I. Bekh, A. Weitz, V. Jelali, T. Malanina, A. Shipilov, etc.) on the problem of intrapersonal conflicts. The authors believe that the causes of intrapersonal conflicts in the preschool period are, first of all, the shortcomings of family upbringing.

Key words: personality, internal conflicts, intrapersonal conflicts, inner world, preschool.

УДК 316.48:373.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.19>

Кравчук Н.П.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
та педагогіки розвитку дитини
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини

Прагнення до внутрішньої гармонії із ціннісним ставленням до життя завжди було актуальною проблемою в розвитку особистості, тобто відповідність дитини своїй внутрішній природі, що веде до її злагоди із зовнішнім світом, адже загальновідомо, що внутрішня гармонія в самій дитині є суттєвою запорукою зовнішньої гармонії особистості.

Натомість нині зростає тенденція до збільшення кількості дітей з порушеннями психічного розвитку: неврівноваженість, агресивність, тривожність, замкнутість, необґрунтовані страхи, суперництво, самотність, низька самооцінка, демонстративність тощо. Це може стати причиною внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів.

Конфлікти всередині себе – це нормальний стан особистісного розвитку дитини. Внутрішньоособистісні конфлікти мотивують людину вдосконалюватися, критично ставитися до своїх суджень і поведінки. Важливо лише вчасно на них реагувати, розібратися в їх причинах і знайти найбільш оптимальні шляхи вирішення. Знехтувальне ставлення дорослих до внутрішнього світу дитини призводить до ускладнень у процесі: формування самоставлення; становлення адекватної оцінки результатів діяльності, поведінки та власної особистості в цілому; здійснення елементарного вибору і прийняття рішення тощо. Це призводить до виникнення низки проблем у становленні особистості дитини як

у дошкільному періоді, так і на наступних етапах її розвитку.

Проблема виникнення внутрішньоособистісних конфліктів є предметом вивчення як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. Вивчення цього феномена є доволі неоднозначним. Так, першим на сутність цього стану звернув увагу З. Фрейд, який указував, що цей стан виражається в протиріччі у сфері інтересів, цілей, мотивів, а також у постійному напруженні, пов'язаному з величезною кількістю суперечностей навколо людини: соціальними, культурними, потягами та бажаннями тощо. Засновник теорії когнітивного дисонансу Леон Фестінджер висловив думку, що когнітивний дисонанс – це хворобливий стан психіки, який виникає тоді, коли наші переконання розходяться з нашими діями.

Внутрішньоособистісні конфлікти (внутрішні, інтрапсихічні, когнітивний дисонанс) визначаються по-різному: конфлікт усередині психологічного світу особистості, який являє собою зіткнення її протилежно спрямованих мотивів (потреб, інтересів, цінностей, цілей, ідеалів) [1]; конфлікт, що відбувається в психічному світі особистості [6, с. 41]; гостре негативне переживання, викликане боротьбою структури внутрішнього світу особистості, що відбиває суперечливі зв'язки із соціальним середовищем і затримує ухвалення рішень [9].

Спираючись на визначення науковців, визначаємо внутрішньоособистісний конфлікт як порушення гармонії із собою та зовнішнім світом (соціальним і навколишнім).

Предметом вивчення особливостей подолання й вирішення дитячих конфліктів займалася низка дослідників, зокрема Б. Жизневський, В. Крайдлер, А. Анцупов та ін. Психологи Л. Божович, Л. Виготський, В. Гур'єва, І. Кон, В. Крутецький, А. Личко, Е. Первишева, Е. Еріксон зазначали, що розвиток особистості зумовлено наявністю протиріч між можливостями дитини, що зростають, і способами їх задоволення, що виражається в особливостях протікання внутрішньоособистісних конфліктів. Зміст, поняття й механізми внутрішньоособистісних конфліктів розглядаються в роботах Б. Братуся, Ф. Василюка, Б. Зейгарник, В. Мерліна, Е. Фанталової, К. Хорні, З. Фрейда, К. Роджерса, Р. Левіна як протиріччя між бажаним і дійсним, між «Я – реальним» і «Я – ідеальним», між цінністю й доступністю важливих життєвих сфер тощо [8].

Погоджуємося з думкою дослідниці Т. Маланьїної, що внутрішньоособистісний конфлікт – це один із найскладніших конфліктів, який відбувається безпосередньо у внутрішньому світі людини. Життя нормальної людини – це внутрішній конфлікт, від якого нікуди не дітися. Для психічно здорової людини внутрішньоконфліктна ситуація, яка

не виходить за рамки норми, вважається природною. Ситуація внутрішнього напруження і протиріч не тільки природна, а й необхідна для розвитку та самовдосконалення особистості. Будь-який розвиток особистості не може здійснюватися без внутрішніх протиріч, а там, де є протиріччя, там є конфлікт. Якщо такий конфлікт у рамках норми, то він є дійсно необхідним, тому що незадоволення собою, критичне ставлення до власного «Я» як важливий внутрішній двигун змушує людину йти по шляху самовдосконалення, тим самим не лише наповнюючи змістом своє власне життя, а й удосконалюючи світ у цілому [5].

Зазначимо, що *основними характеристиками* внутрішньоособистісного конфлікту (далі – ВК) є таке: 1. ВК проявляється в результаті взаємодії елементів внутрішньої структури особистості. 2. Сторонами ВК є різнопланові інтереси, цілі, мотиви й бажання, які водночас існують у структурі особистості. 3. ВК виникає тільки тоді, коли сили, які діють на особистість, є рівновеликі. В іншому випадку людина з двох бід вибере меншу, із двох благ – більше, надасть перевагу винагороді перед покаранням. 4. Будь-який внутрішній конфлікт супроводжується негативними емоціями [7].

На підставі аналізу суперечностей, що лежать в основі ВК, здійснено їх ранжування за формами прояву: невравлення, ейфорія, регресія, проекція, номадизм, раціоналізм.

Отже, виділяють такі умови виникнення ВК: зовнішні умови: виникають труднощі в задоволенні глибоких та активних мотивів і відносин особистості; фізичні перешкоди, які не дають можливості задовольнити основні потреби; відсутність об'єкта, який необхідний для задоволення потреби; біологічні обмеження; соціальні умови; внутрішні умови зводяться до протиріч між різними сторонами особистості; складна та розвинена ієрархія потреб і мотивів особистості; високий рівень розвитку почуттів і цінностей; складний внутрішній світ особистості й актуалізація цієї складності; складно організована пізнавальна структура.

Разом із тим варто зазначити, що індивідуальна траєкторія шляху людини відзначається неповторністю й розмаїтістю внутрішнього світу особистості. Ми погоджуємося із С. Тищенко, що «дитина від природи є егоцентричною, тому формування внутрішнього світу дитини починається з переживання внутрішніх відчуттів», тому що «внутрішній світ починається з переживань і є первинним щодо зовнішнього» [10].

Основними структурними компонентами внутрішнього світу особистості є **цінності** (утілюють суспільні норми й виступають як еталони незалежного, тобто особистісні цінності, які прийняті особистістю, а також ті, які не приймаються нею, але в силу їх суспільної або

іншої значимості особистість змушена дотримуватися їх, вони позначаються як «треба» (Я «повинен»); **мотиви** (відображають прагнення особистості різного рівня (потреби, інтереси, бажання, потяги тощо), вони можуть бути виражені поняттям «хочу» (Я «хочу»); **самооцінка** (визначається як самоцінність себе для себе, оцінка особистістю власних можливостей, якостей і місця серед інших людей. Будучи вираженням рівня домагань особистості, самооцінка є своєрідним збудником її активності, поведінки, виражається як «можу» чи «не можу» (Я «є»).

Виходячи з того що показниками ВК у *когнітивній сфері* є: суперечливість образу-Я, зниження самооцінки; усвідомлення власного стану як психологічного тупика, затримка прийняття рішення, суб'єктивне визнання наявності проблеми ціннісного вибору, сумнівів в істинності мотивів і принципів, якими суб'єкт раніше керувався; у *поведінковій сфері*: зниження якості й інтенсивності діяльності; зниження задоволеності діяльністю; негативний емоційний фон спілкування; в *емоційній сфері*: психоемоційне напруження, значні негативні переживання; то інтегральними показниками ВК є порушення нормального механізму адаптації; посилення психологічного стресу тощо.

Для вирішення ВК використовуються різні стратегії: компроміс (зробити вибір на користь якогось варіанта і приступити до його реалізації); відхід (відхід від вирішення проблеми); переорієнтація (зміна домагань щодо об'єкта, що викликав внутрішню проблему); сублімація (переклад психічної енергії в інші сфери діяльності – зайняття творчістю, спортом, музикою тощо); ідеалізація (віддатися мріям, фантазіям, відхід від дійсності); придушення (почуттів, прагнень, бажань).

Якщо ми говоримо про дітей дошкільного віку, то в процесі особистісного розвитку в дитини виникає гостра потреба у визнанні та самоповазі, яка задовольняється тоді, коли батьки у взаємодії з дитиною створюють позитивний емоційний фон: допомагають дитині організувати її справи, постійно намагаються зрозуміти її почуття, поважають її вибір, потребу в самостійності тощо. І, навпаки, негативний емоційний фон викликає в дитини відчуття неблагополуччя, що є причиною виникнення замкнутості, відчуженості, сором'язливості, постійного відчуття провини. Надмірні заборони дорослих скеровують власну активність дитини із зовнішніх об'єктів на саму себе, що породжує в неї внутрішню критику та відчуття сорому. Така внутрішня активність мимоволі спонукає її робити виклик оточуючим, порушувати правила поведінки, коли за нею ніхто не спостерігає. Якщо ставлення батьків дошкільника залишається незмінним, то це може спровокувати дитячий негативізм або інфантильність у поведінці.

Дослідник В. Джелалі доводить, що «людині потрібно щось середнє: достатня кількість доцільної діяльності, достатня кількість спілкування, достатня кількість спокою й достатня кількість самоти. Надлишок і недолік – шкідливий» [1, с. 45]. З огляду на зазначене, можемо стверджувати, що як у сім'ї, так і в закладах дошкільної освіти важливо насамперед бути уважними до внутрішнього світу дитини, її переживань і виявлення емоцій. А «основою організації виховання, – на думку І. Бега, – має стати керування мотивами поведінки та діяльності малюка» [2, с. 8]. Тобто саме дорослі відповідають за те, якою людиною стане дитина в майбутньому.

Дитячі конфлікти за принципом спрямованості поділяються на три групи: внутрішньо-особистісні (ВК), міжособистісні (далі – МК) і поєднані. ВК характеризуються високим рівнем тривожності, емоційної вразливості, необґрунтованими страхами, почуттям самотності, порушеною самооцінкою. Для МК характерна агресивність, запальність, демонстративність, почуття суперництва, хворобливе реагування на оцінку оточуючих. Поєднані конфлікти об'єднують і ті, й інші ознаки. Зона міжособистісних конфліктів у дітей пов'язана з родиною і потребою в захисті, потребою в батькові, матері, батьківській ласці, розумінні й прийнятті, що обумовлено порушеннями сімейними взаєминами і патологічними типами сімейного виховання. Переважає виховання за типом підвищеної гіперпротекції, що спонукає дітей цієї групи прагнути вирватися з-під батьківської опіки, шукати самостійні шляхи вирішення проблем, усамітнитися від усіх. Відзначається сум'яття в душі, потреба сховатися від дійсності. Спостерігається високий рівень агресивності й дратівливості поряд із високими показниками самотності, у таких дітей практично відсутня самооцінка, почуття суперництва, бажання виділитися в групі однолітків, що зумовлено низькою здатністю диференціювання емоцій, незрілістю емоційно-вольової сфери [3].

Внутрішньоособистісний конфлікт досить специфічний, його *специфічні особливості* полягають у такому: невідповідність структурі конфлікту (немає суб'єктів конфлікту в образі окремих особистостей чи груп); специфічність форм протікання й прояву (протікає у формі тяжких переживань, супроводжується страхом, депресією, стресом, спричиняє невроз); латентність (його не завжди легко визначити, часто людина навіть сама не знає, що перебуває в стані конфлікту).

Дослідниця Н. Пов'якель поділяє внутрішні конфлікти на дві групи залежно від протиріччя, що лежать в основі конфлікту: 1. Конфлікт виникає як результат переходу об'єктивного протиріччя, зовнішнього відносно людини,

у внутрішній світ (моральні, адаптаційні конфлікти тощо). 2. Конфлікт виникає з внутрішнього світу особистості (мотиваційні конфлікти, конфлікт неадекватної самооцінки), який відображає ставлення особистості до середовища [7, с. 43].

Більш повна класифікація ВК подана в роботах А. Анцупова й А. Шипилова, які запропонували взяти за основу класифікації ціннісно-мотиваційну сферу особистості: *мотиваційний конфлікт* (між несвідомими прагненнями, між прагненнями до оволодіння й безпекою, між двома позитивними тенденціями); *моральний конфлікт* (між бажанням та обов'язком, між моральними принципами й особистісними прив'язаностями); *конфлікт нереалізованого бажання, або комплексу неповноцінності* (між бажаннями особистості й дійсністю, яка блокує їх задоволення); *рольовий конфлікт* (переживання, які пов'язані з неможливістю водночас реалізувати декілька ролей (міжрольовий внутрішній конфлікт), а також із різним розумінням вимог, які висуває сама особистість до виконання однієї ролі (внутрішньорольовий конфлікт)); *адаптаційний конфлікт*; *конфлікт неадекватної самооцінки*; *невротичний конфлікт*. Це результат ВК, який тривалий проміжок часу проходить усередині психічного світу особистості й характеризується високим напруженням, протистоянням внутрішніх сил і мотивів [1].

Американський педагог-дослідник В. Крайдлер усі конфлікти розділив на три види з причин їх виникнення: через нестачу ресурсів (чогось не вистачає на всіх: м'ячика, уваги педагога, дружби однолітків); конфлікти, пов'язані з бажаннями, прагненнями, потребами; конфлікти між цінностями, цілями [7].

За спрямованістю ВК поділяються на *конструктивні* (сприяють розвитку особистості: формують самооцінку, Я-концепцію, саморегуляцію тощо) і *деструктивні* (поглиблюють роздвоєння особистості, переходять у життєві кризи, супроводжуються глибокими переживаннями, призводять до розвитку невротичних реакцій тощо).

В особистісному розвитку дитина проходить важливий етап розвитку, долаючи вікові кризи (новонародженості, першого року життя, 3-х років, 7 років) у зв'язку з підготовкою до навчання й праці, унаслідок яких виникають і формуються вольові дії, змінюється її роль у поведінці, яка набуває довільного характеру, виникає саморегуляція власної діяльності дитини. Саме завдяки волі відбувається регуляція й організація людиною своєї поведінки, діяльності (внутрішніх і зовнішніх дій), яка спрямована на подолання труднощів у досягненні мети. Передумовами її формування є вміння керувати власними емоціями, бажаннями, потребами, намірами.

У дошкільному віці на основі самооцінки, самоконтролю виникає саморегуляція власної діяльності, на цілісність особистості впливає самоставлення особистості, яке включає три складники: Я-концепцію, образ-Я і самооцінку.

Отже, найважливішу роль у формуванні гармонійної особистості є формування Я-концепції, яка є узагальненим уявленням людини про саму себе та системою її установок щодо власної особи. Вона формується під впливом власного досвіду індивіда і становить основу вищої саморегуляції людини, на базі якої вона будує стосунки зі світом, що її оточує. Образ-Я формується на основі чуттєвих відчуттів, сприйняття, уявлень і характерних образів власних дій щодо себе й інших. За допомогою сприйняття й розуміння іншого дитина приходить до розуміння себе.

Самоставлення й самооцінка дитини багато в чому визначають її поведінку, успішність у діяльності та вияв оцінювального ставлення до себе; уміння бути в згоді із собою та з довкіллям, ставитися до себе прихильно, бути задоволеним собою, незважаючи на свої невдачі; здатність бути самим собою – щирим у різних життєвих ситуаціях; уміння вирізняти себе з-поміж інших, виділяти в собі особливе та цінувати його. Неадекватна самооцінка виникає в результаті виникнення розбіжностей між своїми особистісними домаганнями й оцінкою можливостей.

Основними причинами ВК дітей дошкільного віку є психоемоційне напруження в сім'ї, кризові періоди, занижена самооцінка дитини, проблеми самоставлення й самоцінності дитини, які проявляються негативною чи суперечливою самооцінкою, невпевненістю в собі, різноманітними внутрішніми комплексами, зневірою, підвищеним рівнем тривоги, депресіями, відчуттям спустошеності тощо.

З огляду на зазначене, нами виділено *шляхи запобігання ВК* у дітей дошкільного віку: створення оптимальної емоційно-ціннісної атмосфери в сім'ї та закладах дошкільної освіти; допомога дитині у виробленні адекватної самооцінки, позитивної Я-концепції та правильного власного образу «Я»; учини керувати емоціями, такими як образа, гнів, страх; уміти направляти власну агресію в потрібне русло, використовуючи такі способи розрядки, як спортивні й рухливі ігри, фізичні вправи, прогулянки, шматування паперу, побиття подушки тощо.

Особливого значення надаємо використанню арт-терапії, яка дає вихід ВК і сильним емоціям, допомагає при інтерпретації витіснених переживань, дисциплінує, сприяє підвищенню самооцінки, здатності усвідомлювати власні відчуття тощо. Саме під час творчого самовираження в ході проведення арт-терапії можливе вибухове вивільнення сильних емоцій.

Таким чином, ми дійшли висновку, що ВК – це нормальний стан особистісного розвитку дитини, який змушує її самовдосконалюватися, гармонізувати внутрішній світ, знижувати гостроту протиріч життєвих відносин. На вирішення внутрішніх конфліктів впливають світоглядні установки, вольові якості, темперамент, вікові особливості, характер особистості тощо. Ступінь вираженості ВК дітей дошкільного віку залежить насамперед від складу й емоційного благополуччя сім'ї, у якій вони виховуються; від настанов, цінностей, взаємоповаги членів родини й любові до дитини, які допомагають модифікувати її поведінкові реакції, проявляти такі гуманні почуття, як сердечність, чуйність, турботливість, милосердя, співчуття, співпереживання, завдяки яким утворюються різноманітні емоційні стани дошкільників. Саме вони сприяють гармонізації та внутрішній рівновазі особистості, дають змогу спрямовувати конфліктну активність у потрібне русло та використовувати її з користю для себе й оточуючих.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Словарь конфликтолога. 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 528 с.
2. Бех І.Д. Зростити моральну особистість – головна турбота. *Дошкільне виховання*. 2015. № 4. С. 6–8.
3. Вайц А.Е. Порівняльний аналіз конфліктів у дітей з невротами і невротоподібним синдромом. URL: <https://psiukrearth.ru/psihologichne-manipuljuvannja/7555-porivnjalnij-analiz-konfliktiv-u-ditej-z-nevrozami.html> (дата звернення: 12.11.2021).
4. Дошкільна освіта : словник-довідник: понад 1000 термінів, понять та назв / упор. К.Л. Крутій, О.О. Фунтікова. Запоріжжя : ТОВ «ЛІПС» ЛТД, 2010. 324 с.
5. Маланьїна Т.М. Проблема внутрішньоособистісного конфлікту в психології. *Вісник психології і соціальної педагогіки* : збірник наук. праць. 2010. № 2. С. 12–24.
6. Пов'якель Н.І. Психопрофілактика конфліктів. Київ : Шк. світ, 2012. 128 с.
7. Поняття внутрішньоособистісного конфлікту. URL: <http://studentam.net.ua/content/view/4107/86/> (дата звернення: 12.11.2021).
8. Причини внутрішньоособистісних конфліктів. URL: http://altarta.com/10_30/%D0%B2%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D1%96%D1%88%D0%BD%D1%96%D0%B9-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82-D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B8-%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%B8-%D1%88%D0%BB%D1%8F/ (дата звернення: 12.11.2021).
9. Психологічний словник / під ред. А.В. Петровського, М.Г. Ярошевського. Москва : Політвидав, 1990. 356 с.
10. Тищенко С.П. Развитие внутреннего мира ребенка. *Воспитание детей дошкольного возраста* / под. ред. Л.Н. Проколенко. Київ : Рад. шк., 1990. С. 40–83.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ВІЛ-ІНФІКОВАНИХ ОСІБ ПІД ЧАС УСТАНОВЛЕННЯ ДІАГНОЗУ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF HIV-INFECTED PEOPLE'S EMOTIONAL STATE DURING THE DIAGNOSIS

У статті проаналізовано особливості емоційного стану ВІЛ-інфікованих осіб під час установлення діагнозу. Відзначено, що ВІЛ/СНІД має статус епідемії, невиліковної хвороби, виходить за межі тільки медичної проблеми й має такі наслідки: юридичні, морально-етичні питання, економічні, численні соціальні. Виокремлено особливості емоційного стану ВІЛ-інфікованих осіб, які прямо залежать від багатьох чинників: ставлення до себе, ставлення до хвороби, ставлення до ситуації, яка виникла у зв'язку з хворобою, ставлення навколишніх. Зараз ці питання постають перед суспільством.

Звернено увагу, що соціально-психологічний аспект цієї хвороби є найменш дослідженим, а тому найбільш актуальним. При розробці заходів психологічної підтримки ВІЛ-інфікованим треба враховувати, що це захворювання є соціальною хворобою і торкається багатьох сфер життя, тому психологічну підтримку варто надавати не тільки для ВІЛ-інфікованим, а і їхнім близьким.

Доведено, що у ВІЛ-інфікованих формуються поведінкові порушення, які виникли в результаті наявності деструктивного рівня тривоги та порушення вольового процесу. Сам факт інфікування накладає відбиток на всі сфери життя людини, вчасна допомога є важливим фактором у розвитку, лікуванні та прийнятті хвороби пацієнтом.

Зазначено, що наукові роботи, присвячені вивченню психологічного аспекту ВІЛ-інфікованих, практично відсутні в літературі. В українській і зарубіжній психологічній науці проблема психічного й емоційного стану ВІЛ-інфікованого слабо розроблена, тоді як вона є вкрай актуальною на сучасному рівні культурного та духовного розвитку суспільства, усього людства. Так, ВІЛ-інфекція – це глобальна проблема світового значення, і майже в усіх країнах світу зростає інтерес до вивчення цієї проблеми, викликаний наслідками ВІЛ-інфекції та аномальними соціальними явищами.

Досліджено особливості емоційної сфери ВІЛ-інфікованих осіб під час установлення діагнозу: соціальна пасивність, замкнутість, конфліктність, агресивність, необфрунтовані лідерські устремління, високий рівень особистісної та ситуаційної тривожності, переймання недостатньої цінності власної особистості. Розроблено рекомендації щодо стабілізації емоційного стану ВІЛ-інфікованих осіб.

Ключові слова: психологічні особливості, емоційні стани, емоції, ВІЛ-інфекція, установлення діагнозу.

The article analyzes the features of HIV-infected people's emotional state at the time

of diagnosis. It is noted that HIV / AIDS has the status of an epidemic, an incurable disease, it goes beyond the medical problem and has the following consequences: judicial, moral, economical, social. The article outlines HIV-infected people's emotional state peculiarities, which depend on many factors: attitude to themselves, to the disease, to the situation that arose in connection with the disease, and attitude of other people to this person. Nowadays such issues arise in front of society.

Attention is drawn to the fact that the socio-psychological aspect of this disease is the least studied, and therefore the most relevant. During the development of psychological support activities for HIV-infected people, it should be taken into account that this disease is a social disorder and it affects many areas of life, so psychological support should be provided not only to the sick but also to their closest people.

The article proves that HIV-infected people's behavioral disorders are formed as a result of an anxiety destructive level's presence and destruction of the volitional process. The very fact of infection has an impact on all areas of human life and apropos care is an important part of the development, treatment, and acceptance of the disease.

Scientific works devoted to the study of HIV-infected people's psychological state are almost absent in the literature. In Ukrainian and foreign psychological science, the problem of HIV-infected people's mental and emotional state isn't developed enough, but it is extremely relevant at the current level of cultural and spiritual development of society and all mankind. HIV infection is a global problem and in almost all countries of the world, there is a growing interest in studying this issue. Such attention is caused by the HIV infection's consequences and atypical social phenomenon. The research exposes the features' analysis of HIV-infected people's emotional state during diagnosis: social passivity, isolation, conflict behaviour, aggression, unfounded leadership ambitions, high levels of personal and situational anxiety, distress about the insufficient value of self-worth. Recommendations for stabilizing HIV-infected people's emotional state have been developed in the study.

Key words: psychological features, emotional states, emotions, HIV infection, diagnosis.

УДК 159.9-051:159.922
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.20>

Кузнєцова В.В.

студентка IV курсу кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. Основною проблемою є те, що під час установлення діагнозу ВІЛ-інфекція всі пацієнти відчувають тривогу, страх, у них знижується самооцінка. У наших лікарнях і кабінетах «Довіри» не має належ-

ної комплектації медичного персоналу, уже не говорячи про психологів. І ця проблема дуже поширена в країні. І не всі до кінця розуміють важливість психологічної допомоги для таких людей. Українці необхідно побачити емоційний

стан хворої людини, допомогти їй із цим упоратися. Це може врятувати життя людині, полегшити її страждання під час установалення діагнозу, також допоможе близьким зрозуміти, як підтримати рідну людину.

Аналіз останніх публікацій. Багато дослідників уважає, що інфікування ВІЛ є важкою психологічною травмою. Пацієнти стикаються з багатьма проблемами в повсякденному житті. Це і страх смерті, стрес, стигматизація, неприйняття хвороби, багато інших уявних і реальних проблем, що призводить до дезадаптації, що, у свою чергу, може супроводжуватися девіантною поведінкою.

Н.Г. Гойда, О.Г. Єщенко [1, с. 29–32] переконані, що під час стресу й особистісної реакції на діагноз людина стикається з дискримінацією та стигматизацією, усе це вкупі може проявитися афективними розладами: 1) депресивним синдромом; 2) маніакальним синдромом; невротичними розладами: 1) конверсійними розладами; 2) іпохондричним синдромом; 3) сенестопатичним синдромом; 4) астено-невротичним синдромом; 5) тривожними розладами.

Стигма та дискримінація, пов'язана з ВІЛ/СНІДом, є перешкодою для боротьби з поширенням захворювання. Отже, інфікування ВІЛ, на їхній погляд, є важкою психологічною травмою, тому що супроводжується страхом стигматизації (вилучення особистості з широкого соціального визнання) і подальшої дискримінації (обмеження прав та обов'язків), що призводить до дезадаптації, що, у свою чергу, може супроводжуватися девіантною поведінкою.

Ще одну групу становлять споживачі ін'єкційних наркотиків, яка все ще залишається найбільш вразливою як середовище, де активно розповсюджується ВІЛ. Це підтримує розвиток епідемії й не дає змоги взяти її під повний контроль [1, с. 29–31]. Серед цієї групи в 35–50% діагностують супутні психічні розлади. Перше місце посідають депресивні синдроми, які можуть бути проявом маніакально-депресивного психозу або спричинені синдромом відміни наркотиків. На другому місці тривожні розлади. Вони відчувають тривогу, для якої начебто немає причин, фобії, obsесивні думки. На цьому тлі буває важко встановити продуктивний стосовно організації лікування контакт.

Ці особливості наркозалежних із ВІЛ формують специфічні поведінкові порушення, що мають деструктивні тенденції та проявляються широким спектром: вербальною та фізичною агресією, стереотипізацією, ригідністю, неадекватністю соціальних оцінок, скоєнням протиправних, кримінальних дій, саморуйнівною поведінкою, ворожістю до оточення.

У ВІЛ-інфікованих формуються поведінкові порушення, які виникли в результаті наявно-

сті деструктивного рівня тривоги й порушення вольового процесу. Сам факт інфікування накладає відбиток на всі сфери життя людини, і вчасна допомога є важливим фактором у розвитку, лікуванні та прийнятті хвороби пацієнтом.

Р.Т. Габрель, М.В. Маркова [2, с. 147–151] дослідили, що серед особливостей психічного стану ВІЛ-інфікованих є порушення сексуальної реалізації в парах, де тільки один партнер має позитивний статус. У гетеро-сексуальній парі провідна деструктивна роль належить викривленню партнерських відносин і соматичним наслідкам інфікування ВІЛ.

У гомосексуальних парах проблеми є надскладними. Там є внутрішньоособистісний конфлікт, зумовлений стигматизованою сексуальною ідентичністю, амбівалентністю самоідентифікації та посилений фактом інфікування як наслідку особливостей психосексуальної орієнтації.

Після проведення сучасних досліджень Н.П. Кирилюк [3, с. 123] з'ясовано, що у ВІЛ-інфікованих осіб частіше виникають прояви психічних захворювань, ніж в інших людей. Це пов'язано з тим, як людина реагує на встановлений діагноз, чи є наявні супутні захворювання, яка кількість СД4 клітин і яке вірусне навантаження. Також впливає факт госпіталізації при тяжкому перебігу хвороби та, як наслідок, втрата роботи через важкий стан здоров'я, довічний прийом ліків. Усе це є стресорами у формуванні депресивного синдрому.

Н.П. Кирилюк [3, с. 123] дослідив вірогідність розвитку депресивного розладу у ВІЛ-інфікованих пацієнтів. Цей показник у два рази вищий, ніж у загальній популяції. Депресивні розлади разом із проблемами, які виникають унаслідок хвороби, супроводжуються зниженою самоцінністю, безнадією, безсиллям.

Дослідження Н.Ю. Жабенко [4, с. 45–47] виявили наявність суїцидальної поведінки, яка пов'язана не тільки з депресивним станом, а з порушенням сну і тривожними розладами, опортуністичними захворюваннями, тяжкістю соматичного стану й ВІЛ-асоціативної деменції.

Також ми бачимо поведінкові порушення, ускладнені патологічною тривогою, а це, у свою чергу, впливає на якість життя людини в усіх сферах її життя. Дослідження Л.А. Кудрич, М.Б. Бризгіна, Є.Н. Єфремова виявили, що 70% ВІЛ-інфікованих мають особистісну тривожність, що впливає на сприйняття оточення й підвищує ризик розвитку тривожних станів [5, с. 10–24].

Привертає до себе увагу й саморуйнівна (аутоагресивна) поведінка хворої людини. Таку поведінку пов'язують із соматичною патологією [6, с. 29–33]. Схильність до суїциду

у ВІЛ-інфікованих у 7,4 раза вища, ніж серед інших груп населення [7, с. 354].

Важливо зауважити, що в соціально-психологічному ракурсі ВІЛ-інфекцію характеризують як патологію поведінки, оскільки в більшості випадків доведено чіткий взаємозв'язок між хворобою та поведінкою [8, с. 68]. Тому є нагальна необхідність вивчати їхні індивідуально-психологічні особливості для надання більш якісної психологічної допомоги.

Мета роботи – визначити особливості емоційного стану ВІЛ-інфікованих пацієнтів під час установлення діагнозу.

Результати дослідження. Дослідження проводилося з метою вивчити емоційний стан ВІЛ-інфікованої людини під час установлення діагнозу. Використано дві методики: САН та опитувальник Спілбергера-Ханіна. За результатами виявлено, що ВІЛ-інфіковані під час установлення діагнозу мають високий рівень тривожності, негативні емоції, що, у свою чергу, може призвести до депресивних станів.

Дослідження емоційних станів ВІЛ-інфікованих проходило на базі Миколаївської лікарні № 5, кабінет «Довіри».

«Метод психодіагностичного обстеження включав методики: «

1. Методику САН, розроблену В.А. Доскіним, Н.А. Лаврентьевою, В.Б. Шарай і М.П. Мірошниковим.

2. Методику самооцінки рівня тривожності Ч.Д. Спілбергера та Ю.Л. Ханіна.

У ході дослідження взяли участь дві групи досліджуваних. Перша група – це 30 пацієнтів, яким на момент дослідження встановлений діагноз «ВІЛ-інфекція», з них групу становили 15 чоловіків і 15 жінок. Друга група досліджуваних (без ВІЛ-інфекції) обрана випадковим методом. Працівникам лікарні було запропоновано пройти діагностику на робочих місцях. Ця група також складалася з 15 чоловіків і 15 жінок.

Отже, за цими методиками проведено дослідження, після обробки результатів ми порівнюємо обидві групи за такими критеріями:

1. Різниця між емоційними станами чоловіків ті жінок, які мають ВІЛ-інфекцію.

2. Різницю між емоційними станами чоловіків і жінок, які не мають ВІЛ-інфекції.

3. Різницю між емоційними станами чоловіків із першої та другої груп.

4. Різницю між емоційними станами жінок із першої та другої груп.

За методикою САН отримано такі результати. Серед першої групи пацієнтів з ВІЛ-інфекцією у жінок середній бал нижчий, ніж у чоловіків, і не дотягує до середнього бала шкали. Жінки виявилися більш емоційними, але вони й у лікуванні більш відповідальні та більше розуміють і можуть оцінити наслідки хвороби.

У другої групи показники й чоловіків, і жінок у межах норми, але в чоловіків вищі. Такі результати можемо пояснити, що чоловіки більш скритні й приховують свої емоції та почуття, а жінки більш емоційні й більше переймаються проблемами, які їх оточують.

Якщо порівнюємо чоловіків обох груп, то побачимо, що емоційний стан не ВІЛ-інфікованих більш стабільний. Вони мають добрий настрій, активність і самопочуття. На чоловіків першої групи має вплив хвороба, що й відображається на самопочутті, активності та настрої.

Порівнюємо жінок з обох груп. Жінки, які не мають ВІЛ-інфекції, мають результати в межах норми. Жінки з першої групи мають низький середній бал, що говорить про складність становища, здоров'я, невпевненість у майбутньому через хворобу, і це відбивається на самопочутті, активності й настрої.

Будемо враховувати, що не тільки фізичний стан має вплив, а й психологічний. Навіть маючи хворобу, людина може себе добре

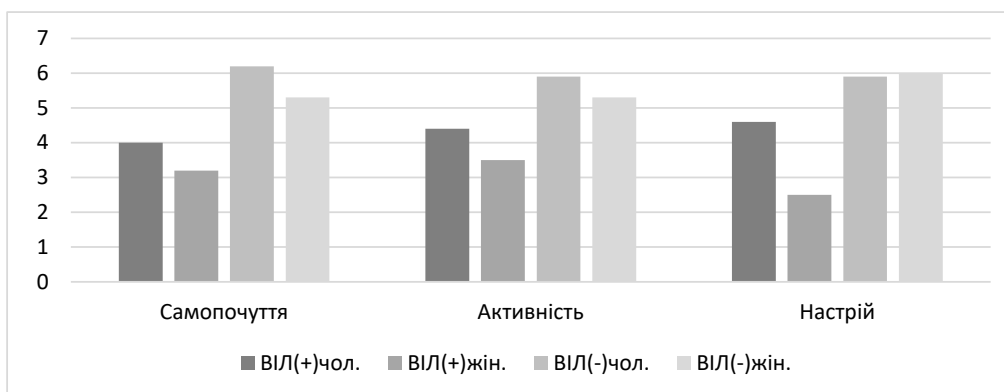


Рис. 1. Результати відмінностей двох груп за методикою САН

Примітки: 1) на вісі ординат – значення в одиницях; 2) на вісі абсцис – показники виразності емоційних станів: самопочуття (СП), активність (АТ), настрій (НТ).

деякий час почувати й не мати супутніх захворювань. Та це лягає важким тягарем на емоційне та психологічне світосприйняття, погляд на ситуацію. Під час установлення діагнозу людина сприймає ситуацію, як загрозу життю в усіх її сферах.

Відмінності між двома групами та між чоловіками й жінками представлено на рисунку 1.

Нормальні показники стану за цією методикою мають бути в діапазоні 5–5,5 бала. Середній бал шкали – 4 бали. Усе, що вище 4 балів, говорить про нормальний стан пацієнта.

За методикою Спілбергера-Ханіна отримано такі результати за шкалою ситуативної тривожності. Ні в чоловіків, ні в жінок з обох груп не виявлено низького рівня ситуативної тривожності. 31–44 бали середній рівень тривожності мають чоловіки другої групи, а 45 балів і далі ми бачимо високий рівень тривожності в чоловіків першої групи. Це пояснюється тим, що в чоловіків ситуативна тривожність підвищена в момент установлення діагнозу «ВІЛ-інфекція». Хоча чоловіки другої групи теж мають середній показник тривожності, але він усе ж таки нижчий, ніж у першої групи. Усі досліджувані другої групи – лікарі, які мають ситуації на роботі, що спричиняють тривогу.

У жінок першої групи ми бачимо високий рівень тривожності, ніж у жінок другої групи. То теж можемо визначити, що встановлення діагнозу «ВІЛ-інфекція» має неабиякий вплив на ситуацію.

І в жінок, і в чоловіків з першої групи рівень ситуативної тривожності майже вдвічі більший, ніж у жінок і чоловіків другої групи. Результати представлено на рисунку 2.

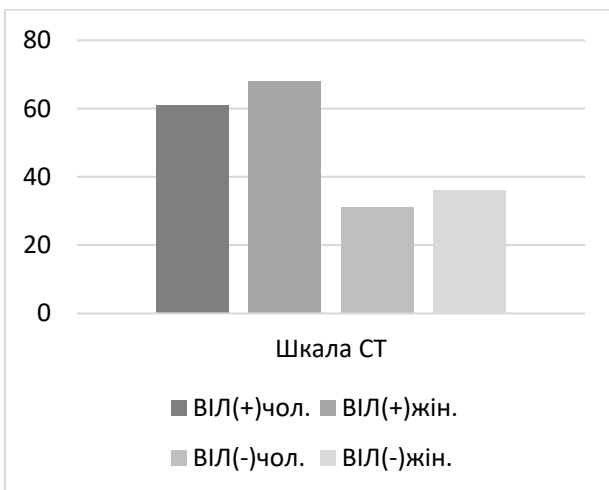


Рис. 2. Результати відмінностей двох груп за методикою Спілбергера-Ханіна, шкала СТ (ситуативна тривожність)

Примітки: 1) на вісі ординат – значення в одиницях; 2) на вісі абсцис – показники виразності СТ (ситуативної тривожності).

За результатами дослідження другої шкали особистої тривожності (далі – ОТ), теж не виявлено низького рівня тривожності. У чоловіків першої групи – високий ступінь тривожності, у чоловіків другої групи – середній. У жінок першої та другої груп бачимо високий рівень ОТ, хоча в жінок першої групи вищі показники.

І знову ми бачимо що, у жінок і чоловіків з першої групи рівень ОТ перевищує показники другої групи. Але цікаво те, що в жінок другої групи високий рівень ОТ, ми можемо трактувати це як тривогу, індивідуальну психологічну особливість, відчуття занепокоєння в будь-яких життєвих обставинах. Для жінок першої групи це не дивно, бо в момент установлення діагнозу вони відчувають тривогу.

Результати зображено на рисунку 3.

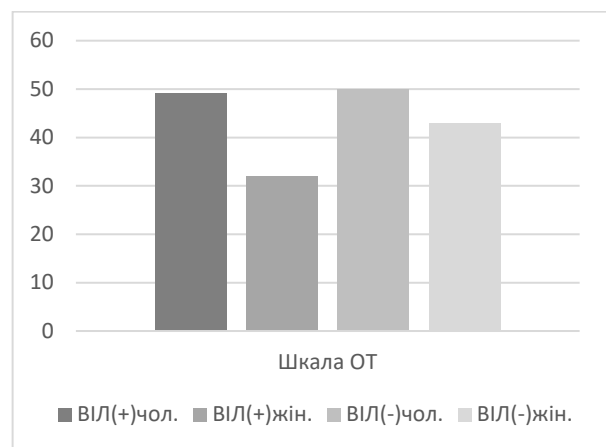


Рис. 3. Результати відмінностей між двома групами за шкалою ОТ (особистісна тривожність)

Примітки: 1) на вісі ординат – значення в одиницях; 2) на вісі абсцис – показники виразності ОТ (особистісної тривожності).

Результати оцінюються зазвичай у градациях: до 30 балів – низький рівень тривожності; 31–45 балів – середній рівень тривожності; 46 і більше балів – високий рівень тривожності.

Висновки. Дослідження проводилося з метою вивчити емоційний стан ВІЛ-інфікованої людини під час установлення діагнозу. Виявлено, що ВІЛ-інфіковані під час установлення діагнозу мають високий рівень тривожності, негативні емоції: страх, тривожність, гнів, безвихідь, образу, агресію, пригнічений настрій, що з часом може призвести до розвитку депресивних станів тощо.

Отже, ми дослідили й виявили, що ВІЛ-інфіковані мають підвищену тривожність, ніж інші досліджувані, тому що в цей час змінюється та починається наново все життя людини. Це складний емоційний стан, під час якого людина дуже потребує підтримки фахівців і близьких.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гойда Н.Г., Єщенко О.Г. Гендерні аспекти у державній політиці протидії ВІЛ-інфекції/СНІДу в Україні. *Український медичний часопис*. Київ, 2016. № 4 (414). С. 29–32.
2. Габрель Р.Т., Маркова М.В. Особливості психічного стану та сексуальної реалізації ВІЛ-інфікованих осіб та їх партнерів у контексті психосоціальної орієнтації та життєдіяльності партнерської пари. *Міжнародний неврологічний журнал*. 2013. № 6 (60). С. 147–151.
3. Кирилюк Н.П. Роль специфічних для ВІЛ-інфікованих пацієнтів стресорів у психогенезі депресії. *Український вісник психоневрології*. 2017. № 1. С. 123–124.
4. Жабенко Н.Ю. Суїцидальное поведение и ВИЧ-инфекция. *Ліки України*. Київ, 2011. № 4. С. 45–47.
5. Кудрич Л.А., Брызгин М.Б., Ефремова Е.Н. Социально-психологические особенности ВИЧ-инфицированных людей. *Современные исследования современных проблем*. Київ, 2015. № 11. С. 10–24.
6. Пшук Н.Г., Кирилюк Н.П., Стукан Л.В. Клініко-патологічні особливості ВІЛ-інфікованих пацієнтів. *Архів психіатрії*. 2012. Т. 18. № 3. С. 29–33.
7. Психические и поведенческие расстройства при ВИЧ-инфекции и СПИДе : учебное пособие / О.Г. Сыропятов, Н.А. Дзеружинская, В.А. Солдаткин, В.И. Крылов, А.Я. Перехов. Київ, 2013. 354 с.
8. Воронин М.Н. Психологические особенности ВИЧ-инфицированных осужденных. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. 2014. № 3 (6). С. 68–75.

СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

GENDER PECULARITIES OF FORMATION OF SELF-ESTEEM IN ADOLESCENCE

Стаття присвячена проблемі формування самосвідомості в підлітковому віці, а саме аналізу факторів, що впливають на становлення самооцінки, – ціннісних орієнтацій, уявлень про нормативи поведінки своєї статі.

Вивчення самооцінки як визначального фактору у формуванні самосвідомості та Я-концепції в підлітковому віці є актуальним у силу виникнення й упровадження в освітній процес сучасної школи дистанційної форми навчання. В умовах обмеженої взаємодії дітей із однолітками та вчителями залишається відкритим питання їхнього адекватного психічного розвитку.

Підставою для розробки програми дослідження стали положення теорії О.О. Бодальова, С.Л. Рубінштейна, О.Б. Орлова, В.В. Століна про сутність «Я-концепції», що відображає систему ставлень суб'єктів до самих себе. Самоставлення може бути розкрито в контексті реальних життєвих стосунків суб'єкта, і тільки певна соціальна ситуація може задати ієрархію діяльностей, мотивів і цінностей, відповідно до яких індивід усвідомлює власне «Я», наділяє його особистісним змістом.

Метою дослідження є вивчення статевої особливості самооцінки в підлітковому віці в умовах карантинних обмежень, запроваджених в освітній процес школи.

Ми припустили, що самооцінка в підлітковому віці пов'язана з рівнем сформованості ціннісних орієнтацій та уявлень про зміст ролі поведінки своєї статі.

Дослідження проводилося на базі ЗЗСО № 7 Дружківської міської ради Донецької області. У дослідженні взяли участь учні 9-х класів (22 дівчини і 28 хлопців) віком 14–15 років.

Особливості становлення самооцінки підлітків з'ясувалися за допомогою таких методик: дослідження самооцінки особистості Дембо-Рубінштейна (модифікація й адаптація А.М. Прихожан), діагностика міжособистісних стосунків (Т. Лірі, Г. Лефордж, Р. Сазек); діагностика структури ціннісних орієнтацій (С.С. Бубнова) та аналізу міні-творів про себе «Яким я себе бачу».

Результати емпіричного дослідження підтвердили висунуту гіпотезу. Також виявлено, що дівчата в цілому адекватно оцінювали свою поведінку та вміння, демонстрували деяку здатність недооцінювати себе, тоді як хлопці показували схильність до переоцінки власних можливостей. Результати за методикою Дембо-Рубінштейна встановили перевагу хлопців над дівчатами за сумісним розподілом високої самооцінки та високого рівня домагань, що вказало на їхню неадекватно завищену самооцінку. Одержані нами результати також підтверджені оцінкою, зробленою вчителем.

Ключові слова: підлітковий вік, самооцінка, самоставлення, ціннісні орієнтації, статево типізована поведінка, стратегії міжособистісної взаємодії.

The article is devoted to the problem of formation of self-awareness in adolescence, namely the analysis of factors influencing the formation of self-esteem - value orientations, ideas about the norms of gender-typified behaviour.

The study of self-esteem as a determinative factor in the formation of self-awareness and "I-concept" in adolescence is actual in connection with the emergence and introduction of distance learning into the educational process of modern school. In the conditions of limited interaction of children with peers and teachers their adequate mental development is open to question.

The basis for the development of the program of our study were the provisions of the theories of O.O. Bodalyov, S.L. Rubinstein, O.B. Orlov, V.V. Stoln on the essence of the "I-concept", which reflects the system of attitudes of the subjects to themselves. Self-attitude can be revealed in the context of real life relations of the subject, and only a certain social situation can set a hierarchy of activities, motives and values according to which the individual actually realizes "I" and endows it with personal sense.

The aim of our work was to study the gender characteristics of self-esteem in adolescence under the conditions of quarantine restrictions introduced into the educational process of the school.

We hypothesized that self-esteem in adolescence is related to the level of formation of value orientations and ideas about the content of the role behavior incidental to their gender.

The study was conducted on the basis of secondary school № 7 (Druzhkivka Town Council of Donetsk region). The study involved 9th grade students (22 girls and 28 boys) aged 14–15 years.

The peculiarities of adolescents' self-esteem were formed by using such methods as: the study of Dembo-Rubinstein's self-esteem (modification and adaptation by A.M. Prikhozhan), diagnostics of interpersonal interactions (T. Leary, G. Leford, R. Sazek); diagnostics of the structure of value orientations (S. S. Bubnov) and analysis of mini-works about oneself "How I see myself".

The results of the empirical study confirmed the hypothesis. It was also found that the girls in general had adequately assessed their behavior and skills, had shown some tendency of underestimating themselves, while boys had shown the tendency of overestimating their own capabilities. The results of the Dembo-Rubinstein method established the advantage of the boys over the girls in the combined distribution of high self-esteem and high levels of claims, which indicated their inadequately overstated self-esteem. The results obtained by us were also confirmed by the assessment made by the teacher.

Key words: adolescence, self-esteem, self-attitude, value orientations, gender-typified behavior, strategies of interpersonal interaction.

УДК 159.922.1-053.6:305
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.21>

Логвінова Д.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Донбаський державний педагогічний
університет

Логвінов О.В.

студент III курсу факультету
комп'ютерних наук
Харківський національний університет
радіоелектроніки

Постановка проблеми. Сучасний розвиток суспільства зумовлений швидкими й кардинальними змінами, викликаними передусім поширенням пандемії та способами пристосування людства до обмежених умов життя, навчання й роботи. Зміни торкнулися всіх верств населення. На наш погляд, найбільш суттєво з психологічної точки зору ці зміни в умовах життя відбиваються на дітях, особливо підліткового віку. У підлітковому віці основним соціальним середовищем для дитини є школа, яка є зовнішньою умовою розвитку внутрішніх особистісних потреб – прагнення опанувати предметними знаннями, знаходити своє місце серед ровесників, досягати нового статусу, самостверджуватися. Поряд із навчанням у підлітка набуває цінності інтимно-особистісне спілкування, накопичення досвіду міжособистісної взаємодії, опанування нових соціальних функцій. Підлітку життєво необхідно постійно оцінювати себе очима оточуючих, порівнювати себе з іншими, орієнтуючись на нормативи статевої поведінки, соціальні цінності, оцінку авторитетних однолітків і дорослих. Саме в такий спосіб у підлітка формується адекватне ставлення до оточуючих і самого себе.

В умовах пандемії діти втрачають можливість повноцінного спілкування з однолітками, розвитку певних особистісних навичок, формування стилю життя тощо. Звичайно, можна заперечувати наявність загроз для адекватного особистісного розвитку підлітків і говорити про те, що всі обмеження підлітки відшкодовують за допомогою соціальних мереж. Проте ніякі чати або телефонні розмови не можуть повноцінно замінити емоційні переживання, які діти отримують під час невербальної взаємодії або фізичних контактів. В умовах пандемії зазначені завдання розв'язувати вкрай складно як дітям, так і дорослим, що супроводжують їхнє особистісне становлення. Ми не будемо зупинятися на розгляді проблем школи, які спровокувала або підсилила дистанційна форма навчання. Лише зазначимо, що нашому поколінню зроблено дуже потужний виклик, варто гідно його прийняти й учитися швидко й адекватно реагувати на зміни в перебігу освітнього процесу – корегувати зміст шкільної програми та психологічного супроводу, розробляти й опановувати нові методи та форми взаємодії вчителів із дітьми.

Постановка завдання. Вивчення самооцінки як визначального фактору у формуванні самосвідомості та Я-концепції в підлітковому віці є актуальним у силу виникнення й запровадження в освітній процес сучасної школи дистанційної форми навчання. В умовах обмеженої взаємодії дітей із однолітками та вчителями залишається відкритим питання їхнього адекватного психічного розвитку.

Самооцінка є важливим регулятором поведінки людини: від неї залежать взаємини з оточуючими, критичність і вимогливість до себе, ставлення до своїх успіхів і невдач. Самооцінка впливає на ефективність діяльності людини й подальший розвиток її особистості. Пізнання себе й формування на цій підставі певного ставлення до себе, до інших – усе це визначає соціальне зростання в підлітка «внутрішньої позиції», в основі якої лежить прагнення бути відповідальним за свої вчинки, свої погляди й здатність самостійно відстоювати власні переконання. Здатність адекватно оцінювати успішність своєї діяльності пов'язана з умінням орієнтуватися саме на відповідність власних критеріїв оцінювання оцінкам оточуючих.

Формування адекватної самооцінки і стійких ідеалів, у яких утілюються також і домагання школярів, є найважливішими досягненнями в їхньому розвитку. Це вказує на готовність підлітка до нового типу взаємин із середовищем, коли він стає здатним до самостійного розвитку через самовиховання й самовдосконалення. Установлення цього типу розвитку готує перехід підлітка на новий віковий щабель, де внутрішні фактори розвитку стають домінуючими [1]. З огляду на те що підлітковий вік є найбільш складним і проблемним періодом становлення й розвитку особистості, дуже важливим стає своєчасне та якісне надання підлітку психологічної допомоги. Тактовне втручання в процеси психічного й особистісного розвитку підлітка часто впливає не тільки на його особистість, а й на його оточення, організацію його життєдіяльності.

Метою дослідження є вивчення статевої особливості самооцінки в підлітковому віці в умовах карантинних обмежень, запроваджених в освітній процес школи.

Ми припустили, що самооцінка в підлітковому віці пов'язана з рівнем сформованості ціннісних орієнтацій та уявлень про зміст рольової поведінки своєї статі.

Дослідження проводилося на базі ЗЗСО № 7 Дружківської міської ради Донецької області. У дослідженні взяли участь учні 9-х класів (22 дівчини і 28 хлопців) віком 14–15 років.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підставою для розробки програми дослідження стали положення теорій О.О. Бодальова, С.Л. Рубінштейна, О.Б. Орлова, В.В. Століна [2; 3; 4; 5] про сутність «Я-концепції», що відображає систему ставлень суб'єктів до самих себе. С.Л. Рубінштейн наголошував, що самосвідомість є результатом усвідомлення індивідом реальної обумовленості своїх переживань. Учений підкреслював значення внутрішнього сенсу, який знаходить людина в усьому тому, що здійснюється навколо неї та нею самою [4, с. 636]. В.В. Столін розгля-

Таблиця 1

Частота вияву показників у дівчат (22 особи) та хлопців (28 осіб) за методикою Дембо-Рубінштейна

Рівень домагань	Рівень самооцінки					
	високий		середній		низький	
	дівчата	хлопці	дівчата	хлопці	дівчата	хлопці
Високий	54,54%	50,00%	18,18%	25,00%	4,55%	0%
Середній	0%	14,28%	18,18%	10,71%	4,55%	0%
Усього дівчат	54,54%		36,36%		9,1%	
Усього хлопців		64,28%		35,71%		0%

дає «само ставлення» як цілісну особистісну систему, що забезпечує переживання смислу «Я», який визначається реальними життєвими стосунками суб'єкта [5, с. 227]. Смісл «Я» відображає зіткнення різноманітних життєвих відносин суб'єктів, його мотивів і діяльності. Цей процес реалізується у вчинках і знаходить себе в когнітивних та емоційних переживаннях, виробляючи в індивіда певне ставлення до самого себе. С.Р. Пантелєєв, спираючись на теоретичні й емпіричні дослідження І.С. Кона, К. Роджерса, М. Розенберга, С. Саймонда, Р. Уайлі, розглядає «Я-концепцію» як глобальне самоставлення, представлене у вигляді суми емоційних компонентів: «... приватні самооцінки, узяті в їх динамічній сукупності, інтерпретуються як певне узагальнене переживання, пов'язане із цілісним образом «Я» [3, с. 229]. Згідно з поглядами автора, самоставлення може бути розкрите в контексті реальних життєвих стосунків суб'єкта. Тільки певна соціальна ситуація може задати ієрархію діяльностей, мотивів і цінностей, відповідно до яких індивід усвідомлює власне «Я», наділяє його особистісним смислом. Отже, умовою формування самоприйняття або самоставлення людини (у тому числі дитини) є обов'язкова наявність реальних стосунків із зовнішнім світом, зовнішніх оцінок, які, на жаль, у сучасних умовах здійснення навчального процесу реалізуються в недостатньому обсязі.

Вивчення особливостей формування самооцінки в підлітковому віці ми здійснювали за допомогою таких методик, як дослідження самооцінки особистості Дембо-Рубінштейна (модифікація й адаптація А.М. Прихожан), діагностика міжособистісних стосунків (Т. Лірі, Г. Лефордж, Р. Сазек); діагностика структури ціннісних орієнтацій (С.С. Бубнова) та аналіз міні-творів про себе «Яким я себе бачу».

Отримані результати за методикою Дембо-Рубінштейна ми аналізували як у цілому за вибіркою, так й окремо по групах за статеву ознакою. У цілому нами виявлено, що більшості досліджуваних властива висока самооцінка (55,5% дівчат і 50% хлопців), що супроводжувалася високим рівнем домагань

(див. таблицю 1). Це може свідчити про особистісну незрілість, про невміння дітей адекватно оцінювати результати власної діяльності та ставити перед собою досяжні цілі, про нечутливість до критики та оцінок оточуючих. Нами також виявлено досить високий відсоток дітей із середнім рівнем самооцінки в сполученні з високими показниками домагань (25% хлопців і 18,2% дівчат), що засвідчило тенденцію дівчат і хлопців нереалістично або некритично оцінювати власні можливості.

Порівняльний аналіз сумісної представленості показників самооцінки та домагань у хлопців і дівчат ми здійснювали за допомогою критерію χ^2 -Пірсона. Нами виявлені статеві відмінності в розподілах високої самооцінки в поєднанні з відповідним рівнем домагань ($\chi^2 = 3,08$; $p \leq 0,1$): серед хлопців частіше траплялися випадки, коли високі показники самооцінки поєднувалися з високим і середнім рівнями домагань (64% хлопців проти 54,54% дівчат). У випадку порівняння розподілу дівчат і хлопців за середнім рівнем самооцінки статистично значущих відмінностей не виявлено ($\chi^2 = 0,74$; $p \geq 0,1$). Отже, результати засвідчили більшу адекватність в оцінці своїх можливостей і здібностей у дівчат.

Визначення рівня відповідності самооцінок оцінкам оточуючих ми здійснювали, порівнюючи показники учнів з показниками, наданими вчителем (класним керівником). Для встановлення ступеня адекватності самооцінки використали коефіцієнт лінійної кореляції r -Пірсона (див. таблицю 2).

Таблиця 2

Взаємозв'язок показників самооцінок підлітків з оцінкою, зробленою вчителем

Стать	Самооцінка	Оцінка вчителя	r
	М	М	
Дівчата	71,35	71,91	- 0,55
Хлопці	77,63	65,96	0,18

Нами виявлені статеві відмінності в спрямованості коефіцієнтів кореляцій: у дівчат кореляція мала негативну спрямованість, а в хлопців – позитивну. Зазначимо, що при

майже однакових середніх значеннях самооцінки дівчат та оцінки вчителя спрямованість кореляції була від'ємною; у хлопців між оцінкою вчителя й самооцінкою спостерігалися значні відмінності, але напрям кореляції виявився позитивним. Аналіз первинних даних показав, що оцінка вчителя дуже відрізнялася від самооцінки дітей: хлопців учитель оцінював меншими показниками, а дівчат – більшими, причому відмінності між показниками дівчат і вчителя значно перевищували такі у випадку з хлопцями. Тому не можна стверджувати однозначно, що самооцінка хлопців була більш адекватною, ніж дівчат.

Наступним завданням дослідження було виявлення змісту «Я-концепції» хлопців і дівчат. Із цією метою ми використали метод контент-аналізу. Для цього запропонували підліткам скласти невеличку розповідь про себе, якими вони себе бачать.

Серед характеристик, виявлених у відповідях хлопців, найчастіше траплялися такі: «злопам'ятний» (20%), «спортивний» (15%), «запальний» (13,3%), «корисний» (10%), «талановитий» і «веселий» (по 7,5%), «агресивний», «балакучий», «залежний», «упертий», «нервовий» і «складний» (по 6,7%), «красивий» і «комунікабельний» (по 6,3%); «розумний» і «надійний» (по 5%); «добрий», «працьовитий», «чуйний» і «цілеспрямований» (3,8%); «злий», «нерішучий», «брехливий», «недовірливий» і «хитрий» (3,3%); «ввічливий», «дружелюбний», «відповідальний», «розсудливий», «самокритичний», «сильний», «спокійний» і «гарний» (2,5%); «життєрадісний», «наполегливий», «організований», «позитивний», «самолюбивий», «самовпевнений», «скромний», «старанний», «чесний» та «енергійний» (по 1,3%).

У самоописах дівчат зазначалися такі якості: «запальна» (14,3%), «непостійна» (10,5%), «добра» (9%), «чуйна» (7,9%); «злопам'ятна», «лінива», «нестримана», «нерозумна» й «уперта» (по 7,1%); «весела» і «дружелюбна» (по 6,7%); «красива», «комунікабельна», «самокритична» й «талановита» (по 5,6%); «самолюбива» (4,5%); «безвідповідальна», «лукава», «зла», «нахабна», «некрасива», «нервова», «ранима», «скритна», «складна», «дивна» й «хитра» (по 3,6%); «позитивна», «спокійна», «гарна» й «цілеспрямована» (по 3,4%); «вразлива», «допитлива», «надійна», «відкрита», «працьовита», «розумна», «чутлива» й «енергійна» (по 2,2%); «горда», «довірлива», «природна», «мрійлива», «наївна», «ніжна», «наполеглива», «відповідальна», «сильна» і «скромна» (по 1,1%).

Можна сказати, що й хлопці, і дівчата у самоописах виділяли якості, характерні для їхніх статевих груп. Так, хлопці більшою мірою відзначали в собі якості, притаманні чоловікам: спортивність, агресивність, розсудливість,

самовпевненість, чесність; дівчата – якості, більшою мірою притаманні жінкам: непостійність, нестриманість, лукавство, чутливість, гордість, довірливість, наївність і ніжність. Це дослідження підтвердило, що «Я-концепція» для підліткового віку є статево типізованою. Контент-аналіз також показав, що й хлопці, і дівчата частіше відзначали в себе наявність позитивних якостей, що вказує на їхнє позитивне самосприйняття.

Самоставлення дітей ми також досліджували через їхнє оцінювання власних стратегій поведінки в міжособистісних стосунках.

Аналіз результатів за методикою Т. Лірі показав, що в хлопців найбільш високими показниками були представлені «авторитарний» (M = 9,64) та «дружелюбний» (M = 8,75) типи ставлення до оточуючих; низькими показниками – «підкорюваність» (M = 5,86) і «підозрілість» (M = 5,21). Лідерство хлопців у поєднанні з проявом дружелюбності вказує на їхню орієнтацію на прийняття й соціальне схвалення, а також схильність до співробітництва. Саме такий тип взаємин є найбільш прийнятним для діяльності сучасних чоловіків, і хлопці в більшості своїй відзначали саме таку поведінку в міжособистісних стосунках, що ще раз підтвердило їхню статево типізованість.

У дівчат серед стратегій поведінки переважали показники «дружелюбності» (M = 10,05), «авторитарності» (M = 9,64) та «альтруїстичності» (M = 9,91). Самооцінка дівчат передусім пов'язувалася з демонстрацією в поведінці моральних властивостей, як-от: відповідальність за свої вчинки та за благополуччя інших, прагнення допомагати й співпереживати іншим. Аналіз відповідей дівчат показав, що їм також властиво проявляти й дружелюбність, й авторитарність (як і для хлопців), проте, на відміну від хлопців, за кількістю виборів стратегія дружелюбності переважала над домінуванням. Це характеризує дівчат як осіб, що прагнуть установлювати більш дружелюбні взаємини з оточуючими, ніж хлопці. Найменш вираженими в дівчат виявилися показники егоїстичного типу взаємодії (M = 7,91), що вказує на нехарактерність для них орієнтації на себе та на суперництво.

Статеві відмінності в показниках досліджуваних визначені за шкалами «альтруїстичність» ($t = 3,08$; $p \leq 0,01$), «залежність» ($t = 2,65$; $p \leq 0,05$), «підкорюваність» ($t = 2,3$; $p \leq 0,05$) та «підозрілість» ($t = 2,24$; $p \leq 0,05$), котрі більшою мірою були виражені в дівчат. Отже, характерними в стосунках дівчат з іншими є прояви поступливості, здатність підкорятися, демонструвати конформність, виявляти емоційне співчуття й м'якість. У дівчат також спостерігалось більше, ніж у хлопців, критичне ставлення до різних соціальних явищ або до оточуючих (див. таблицю 3).

Порівняльний аналіз результатів також показав, що в хлопців переважали показники

Таблиця 3

Показники вираженості стратегій поведінки хлопців і дівчат у міжособистісних стосунках (за методикою Т. Лірі)

Стратегії поведінки	Хлопці M ± σ	Дівчата M ± σ	t-Студент
Домінування	6,54 ± 5,78	2,53 ± 8,91	1,83'
Дружелюбність	2,56 ± 6,25	4,67 ± 8,85	0,95
<i>Типи ставлення до оточуючих</i>			
Авторитарний	9,64 ± 2,82	9,64 ± 3,13	0
Егоїстичний	7,75 ± 2,30	7,91 ± 2,43	0,24
Агресивний	7,29 ± 3,02	8,00 ± 2,35	0,93
Підозрілий	5,21 ± 5,56	8,23 ± 4,01	2,24*
Підкорюваний	5,86 ± 3,42	8,14 ± 3,50	2,3*
Залежний	6,21 ± 2,62	8,36 ± 2,97	2,65*
Дружелюбний	8,75 ± 2,90	10,05 ± 2,40	1,73
Альтруїстичний	7,57 ± 2,46	9,91 ± 2,81	3,08**

Примітка: ' – $p \leq 0,1$; * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

за шкалою «домінування» ($t = 1,83$; $p \leq 0,1$), що вказує на їхню схильність до більш вираженого прояву владності, впевненості, непримиримості, твердості у своїх поглядах і вчинках, прагнення впливати на оточуючих, рішучість і впертість, а також про наявність у них бійцівських і вольових якостей.

Статеві особливості самооцінки, на наш погляд, повинні пов'язуватися з певними цінностями. Тому наступним етапом дослідження стало вивчення переважаючих ціннісних орієнтацій за допомогою методики С.С. Бубнової. Нами виявлено, що в хлопців домінуючими цінностями виступали «допомога й милосердя до інших людей» ($M = 5,04$), орієнтація на визнання та повагу людей ($M = 4,61$), матеріальні цінності ($M = 4,39$), бажання приємно проводити відпочинок ($M = 4,25$). Найнижчі позиції посіли цінності, пов'язані з пізнанням нового ($M = 2,61$), а також із пошуком прекрасного й насолодою ним ($M = 2,46$). У дівчат найбільш цінними виявилися орієнтації на досягнення визнання та поваги людей ($M = 5,09$); на приємне проведення відпочинку ($M = 5,0$); на надання допомоги іншим ($M = 4,95$). Найменш вираженими виявилися орієнтації, спрямовані на спілкування ($M = 2,91$), здійснення соціальної активності ($M = ,05$), пізнання нового ($M = 3,09$).

Статеві відмінності проявили себе в перевагах у дівчат над хлопцями таких цінностей, як прагнення до визнання й поваги людей, приємного проведення відпочинку, досягнення високого соціального статусу, отримання насолоди від прекрасного, пізнання нового, здійснення соціальної активності. Отже, вони більше за хлопців прагнуть відвідувати театри та виставки, читати книжки, більш мрійливі й здатні любити, прагнуть мати повагу оточуючих, багато друзів, організовувати в школі різні заходи, хочуть, щоб оточуючі зверталися до них за допомогою.

У хлопців переважали ціннісні орієнтації, спрямовані на надання допомоги іншим, прояв милосердя, досягнення матеріального благополуччя, стурбованість здоров'ям і гарними стосунками.

Підсумком дослідження стало встановлення тих факторів, які пов'язані з самооцінкою хлопців і дівчат. Результати кореляційного аналізу показали, що в хлопців самооцінка позитивно пов'язувалася з авторитарним ($r = 0,37$; $p \leq 0,05$) і агресивним ($r = 0,55$; $p \leq 0,01$) типами взаємин з оточуючими, з ціннісними орієнтаціями, що спрямовані на насолоду прекрасним ($r = 0,52$; $p \leq 0,01$), досягнення високого соціального статусу ($r = 0,44$; $p \leq 0,05$), негативно – з орієнтацією на допомогу іншим ($r = -0,49$; $p \leq 0,01$) (див. таблицю 4). У дівчат самооцінка негативно пов'язувалася із залежністю ($r = -0,45$; $p \leq 0,05$), із цінністю любові ($r = -0,62$; $p \leq 0,01$), позитивно – з орієнтацією на здоров'я ($r = 0,56$; $p \leq 0,01$).

Отже, висока самооцінка хлопців у нашій вибірці пов'язувалася з прагненням до лідерства й домінування, проявом впевненості в собі, завзятості й наполегливості, можливістю добре проводити відпочинок, а також відсутністю бажання перейматися проблемами інших, співчувати їм. Висока самооцінка дівчат значно пов'язувалася з хорошим здоров'ям, із гарним фізичним станом і з низькою конформністю, залежністю від інших.

Висновки. З огляду на психологічні особливості підлітка, такі як сформованість високого рівня розвитку мовлення, асоціативного й рефлексивного мислення, виникнення відносно стійких ідеалів, бажання розібратися в собі, можна сказати, що саме в цьому віці розвиток самооцінки відбувається особливо інтенсивно, а її роль у формуванні особистості дитини підсилюється.

Взаємозв'язок самооцінки дівчат і хлопців з показниками стратегій поведінки у взаєминах і із ціннісними орієнтаціями

Стратегії поведінки у взаєминах	Самооцінка	
	дівчата	хлопці
Авторитарний	0,3	0,37*
Егоїстичний	0,24	0,31'
Агресивний	0,28	0,55**
Підозрілий	0,37'	0,24
Підкорюваний	-0,3	0,3
Залежний	-0,45*	0,07
Дружелюбний	-0,31	0,28
Альтруїстичний	0,02	0,22
Домінування	0,36'	0,06
Дружелюбність	-0,34	-0,09
Ціннісні орієнтації		
Приємне проведення часу	-0,04	0,33'
Матеріальне благополуччя	0,05	-0,17
Насолода прекрасним	-0,18	0,52**
Надання допомоги	-0,2	-0,49**
Любов	-0,62**	-0,05
Пізнання нового	0,01	-0,04
Високий соціальний статус	0,37'	0,44*
Визнання людей	-0,12	0,14
Соціальна активність	0,07	-0,15
Спілкування	0,41'	0,24
Здоров'я	0,56**	0,12

Примітка: ' – $p \leq 0,1$; * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Результати емпіричного дослідження підтвердили висунуту гіпотезу, що самооцінка в підлітковому віці пов'язана з рівнем сформованості ціннісних орієнтацій та уявлень про зміст рольової поведінки своєї статі. Виявлено, що дівчата більш адекватно оцінювали свою поведінку й уміння, демонстрували схильність недооцінювати себе, тоді як хлопці показували схильність до переоцінки власних можливостей. Результати за методикою Дембо-Рубінштейна встановили перевагу хлопців над дівчатами за сумісним розподілом високої самооцінки та високого рівня домагань (64,28% хлопців проти 54,54% дівчат). Значна представленість сполучень високої самооцінки з високим рівнем домагання засвідчила перевагу серед хлопців тих, хто має неадекватно завищену самооцінку. Одержані нами результати також підтверджені оцінкою, зробленою вчителем.

Аналіз дитячих творів, у яких вони презентували себе, показав відповідність «Я-образу» автостереотипним уявленням. Хлопці частіше за все виділяли в собі якості, які більш притаманні чоловікам: спортивність, агресивність, розсудливість, самовпевненість, чесність; дівчата – жінкам: непостійність, нестриманість, лукавство, чутливість, гордість, довірливість, наївність, ніжність. Серед стратегій поведінки в міжособистісних стосунках хлопці надавали перевагу домінуванню, а дівчата – дружелюбності. Дівчата також

значно відрізнялися більш високими оцінками своєї схильності до прояву альтруїстичності, залежності, підкорюваності й підозрливості.

Ми вважаємо за доцільне в умовах обмеженої взаємодії учасників освітнього процесу знаходити й розробляти методи формування конструктивної самооцінки, яка сприяє розширенню знань про себе й інших людей, розвитку рефлексивних навичок як для саморозуміння, так і для налагодження міжособистісних стосунків, розвитку навичок спілкування, а також підвищення адаптивних здібностей підлітків, що допомагає гармонізації особистості, зниженню конфліктності й, відповідно, підвищенню комфортності існування як у колективі, так і в суспільстві в цілому.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ананьев Б.Г. К постановке проблем подросткового самосознания. Сакт-Петербург : Союз, 2000. 315 с.
2. Бодалев А.А. Личность и общение. Москва : Международная пед. академия, 1995. С. 9–21.
3. Психология самосознания : хрестоматия / ред. Д.Я. Райгородский. Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003. 672 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Сакт-Петербург : Питер, 2000. 720 с.
5. Столин В.В. Уровни и единицы самосознания. Психология самосознания : хрестоматия. Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М» 2003. С. 123–155.

ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ

PROSPECTS FOR THE STUDY OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF PERSONS WITH HEARING IMPAIRMENT

У статті розглядається теоретична модель дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя осіб з порушеннями слуху та результати пілотажного дослідження зв'язку самоставлення й копінг-стратегій у цих осіб.

Виокремлено такі складники суб'єктивного благополуччя, як соціальна адаптованість, позитивна самооцінка, задоволеність життям і відчуття благополуччя. Також такі чинники – соціально-психологічні, емоційно-мотиваційні, особливості життєвого стилю, об'єктивні можливості, пов'язані зі станом здоров'я. Планується проведення батареї відповідних тестів: шкала визначення самооцінки М. Розенберга, тест-опитувальник самоставлення В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва, шкала задоволеності життям Е. Дінера, «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, шкала соціальної підтримки Г. Зіммета, опитувальник гандикапу в дорослих з порушеннями слуху, опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф. Планується створення анкети для респондентів з порушеннями слуху (міститиме інформацію про вік, стать, навчання/працевлаштування, відомості про батьків, стосунки, ступінь втрати слуху, застосування слухових апаратів/кохлеарних імплантів, ідентифікація респондентів з культурою чулочих/глухих або невіднесення себе до жодної з культур). Проведено пілотажне дослідження специфіки копінг-стратегій і самоставлення в осіб з порушеннями слуху. Загальний обсяг вибірки становив 17 осіб. Виявлено, що в осіб з порушеннями слуху існує ціла низка психологічних проблем, пов'язаних як із самим захворюванням, так і з умовами соціалізації.

Це призводить до недостатньо ефективних емоційних копінг-стратегій, нестійкого та негативного самоставлення. Саме тому необхідно вивчити ті психологічні й соціальні чинники, які сприяють стану психологічного благополуччя цих осіб, що й запропоновано в цій моделі дослідження.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя, порушення слуху, копінг, самоставлення,

самооцінка, інвалідність, соціальна підтримка.

The article considers a theoretical model of research on the problem of subjective well-being of people with hearing impairments and the results of a pilot study of the connection between self-attitude and coping strategies in these people. The components of subjective well-being such as social adaptability, positive self-esteem, life satisfaction and feelings of well-being are singled out. As well as the following factors – socio-psychological, emotional and motivational, lifestyle features, and objective opportunities related to health state. It is planned to conduct a battery of relevant tests: Rosenberg Self-esteem Scale, Self-attitude Test Questionnaire by V.V. Stolin, S.R. Panteleev, Satisfaction with Life Scale by E. Diener, H. Eysenck's Test "Self-assessment of Mental State", G. Zimet's Multidimensional Scale of Perceived Social Support, Hearing Handicap Inventory for Adults, Ryff's Psychological Well-Being Scales. It is planned to create a questionnaire for respondents with hearing impairments (it will contain information about age, gender, education/employment, information about parents, relationships, the degree of hearing loss, use of hearing aids/cochlear implants, identification of respondents with hearing/deaf culture, or non-identification with cultures). A pilot study of the specifics of coping strategies and self-assessment in people with hearing impairments was conducted. The total sample size was 17 people. It has been found that people with hearing impairments have a number of psychological problems related to both the disease itself and the conditions of socialization. This leads to insufficiently effective emotional coping strategies, unstable and negative self-attitude. That is why it is necessary to study the psychological and social factors that contribute to the state of psychological well-being of these individuals, which was proposed in this research model.

Key words: subjective well-being, hearing impairment, coping, self-attitude, self-esteem, invalidity, social support.

УДК 159.922.6: 612.821.3-02
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.22>

Миколіук Д.О.

аспірантка кафедри психології розвитку
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Мілютіна К.Л.

д.психол.н.,
професор кафедри психології розвитку
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Вступ. Радикальні економічні, соціальні, політичні реформи, що впроваджуються в нашій державі останні десятиліття, неабияк впливають на психологічний стан суспільства в цілому й кожного індивіда зокрема. Як наслідок, стрімко руйнуються вкорінені стереотипи поведінки й дуже повільно формуються нові. У таку епоху суттєвих змін і зрушень особливо важко зорієнтуватися людям з певними порушеннями здоров'я, у тому числі й особам з порушеннями слуху. Особи з інвалідністю більше відчувають на собі всю нестабільність

сьогодення, що підсилює їхню тривожність, зумовлену психологічними особливостями таких людей, і не завжди вдалою соціалізацією в суспільство. Суб'єктивне благополуччя особистості є індикатором її стресостійкості, яка впливає на процес соціалізації в суспільстві особистості, у тому числі й осіб з порушеннями слуху. І саме велика кількість соціально-психологічних проблем, що супроводжують процеси соціалізації осіб з порушеннями слуху, указують на необхідність вивчення чинників їхнього суб'єктивного благополуччя.

Підвищенню якості життя таких осіб сприятиме визначення особливостей консультування таких осіб, розробка й упровадження онлайн-консультацій і тренінгових програм з питань підвищення рівня задоволеності життям.

Мета дослідження: запланувати перспективи дослідження чинників суб'єктивного благополуччя та здійснити пілотажне дослідження копінг стратегій осіб з порушеннями слуху.

Дослідженню суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя присвячено чимало наукових праць. Незважаючи на ґрунтовну розробку цих питань, існує значна теоретико-методологічна неоднозначність у розмежуванні цих понять.

Науковцями (Ю. Дубовик, Л. Козьміна, О. Паніна, О. Ширяєва, П. Фесенко та ін.) описані різні чинники, що впливають на формування суб'єктивного благополуччя особистості.

Якість життя підлітків з порушеннями слуху досліджували О. Ротова, Н. Раздобаров, Б. Коган. Динаміку Я-концепції в дітей із сенсорними порушеннями вивчала Т. Адеєва. Особливості Я-концепції підлітків з вадами слуху досліджувала К. Гавриловська. Роль особистісних ресурсів у соціальній інтеграції осіб з порушеннями слуху вивчала С. Калашнікова.

Я-концепцію дітей і підлітків з кохлеарними імплантами досліджували Merle Boerriger, Anneke Vermeulen та ін. [1]. Ментальне здоров'я в дітей з порушеннями слуху з позицій отоларингології вивчали С. Rieffe, W. Soede й ін. [2]. Симптоми тривожних розладів в іранських підлітків з утратою слуху під час пандемії COVID-19 вивчали S. Ariapooran, M. Khezeli [3]. Теоретичний огляд самооцінки та її компонентів у підлітків з глухотою здійснили G. Movallali, N. Nare й ін. [4]. Самооцінку в дітей і підлітків з утратою слуху досліджували A. Warner-Czyz, C. Evans, A. Wetsel, E. Tobey, B. Loy [5]. Я-концепцію в глухих і туговухих студентів вивчали M. Mekonnen, S. Hannu та ін. [6]. Феномен щастя в підлітків з порушеннями слуху досліджували такі науковці, як M. Rostami, Z. Salehy та ін. [7]. Соціальні чинники, які впливають на формування ідентичності глухих підлітків та емоційний дистрес, вивчали T. Lambez, M. Nagar, A. Shoshani й ін. [8]. Вплив культурної ідентичності на психологічне благополуччя дослідили M. Charman, J. Dammeyer [9]. Соціальний потенціал у глухих і туговухих підлітків описали T. Byatt, K. Dally, J. Duncan [10]. Зв'язок між стигмою й психологічним благополуччям у дорослих з глухотою досліджували V. Mousley, S. Chaudoir [11].

Сучасні дослідження (Т. Адеєва, 2018; О. Кошелева, 2012; А. Гільяно, 2018) також активно вивчають особливості протікання психічних процесів в осіб з різним ступенем втрати слуху для прогнозування можливостей

навчання таких осіб у закладах освіти; досліджуються психологічні особливості, вивчається рівень самооцінки осіб із слуховою депривацією, їхнє суб'єктивне благополуччя, рівень тривожності, агресивності тощо; аналізуються кореляційні зв'язки між психологічними явищами [12–14].

Існують нейропсихологічні дослідження, які розкривають вплив порушеної слухової функції на окремі ділянки мозку, зокрема його третього функціонального блоку. Ці дослідження є перспективні, тому що саме порушений слуховий аналізатор передусім впливає на роботу головного мозку, саме це спричиняє психологічні особливості в осіб з порушеннями слуху. К. Кривоногова й О. Разумнікова (2019) провели експериментальне дослідження когнітивного статусу студентів з порушеннями слуху (інтелекту, пам'яті та уваги), порівнюючи з контрольною групою осіб із нормальним слухом. Отримані результати показали, що в студентів із різною втратою слуху не виявлено суттєвих відмінностей пам'яті, орієнтаційної уваги порівняно з контрольною групою. Відмінним є те, що час реакції на конгруентні й неконгруентні стимули є збільшений у студентів з порушеннями слуху. Також у студентів з порушеннями слуху виявлено більш розвинутий образно-просторовий інтелект, ніж вербальний інтелект, а в контрольній групі – навпаки. Науковці (К. Кривоногова, О. Разумнікова, 2019) обґрунтовують отримані результати дослідження тим, що в студентів із слуховою дисфункцією краще функціонує образно-просторовий інтелект як механізм компенсації слухової функції; знайдено відмінності в зниженні селекції зорової інформації студентами з порушеннями слуху, на відміну від контрольної групи; виявлено «менший ефект проактивної інтерференції при більшому часу виконавчого контролю в студентів з порушеннями слуху в порівнянні з контрольною групою може вказувати на недостатній розвиток гальмівних функцій префронтальних відділів кори головного мозку», як наслідок, призводить до зміни роботи головного мозку в осіб з порушеннями слуху й зниженням швидкості обробки інформації й гальмівних функцій при запам'ятовуванні. Однак, на думку авторів (К. Кривоногова, О. Разумнікова, 2019), щоб покращити роботу виконавчого контролю префронтальних відділів кори головного мозку в осіб з порушеннями слуху, необхідно максимально розвивати усне мовлення, зменшити гіперопіку чуючих батьків, яка нівелює самостійність та ініціативу в прийнятті рішень дитиною з порушеннями слуху; тим більше академічна успішність визначає ефективність роботи виконавчого контролю [15, с. 39–46].

Звичайно, окрім особливостей функціонування мозку в таких осіб, необхідно врахувати низку чинників, які впливають

на особливості протікання психологічних процесів в осіб з порушеннями слуху: різний ступінь втрати слуху та час, коли втрачено своєчасне слухопротезування слуховими апаратами або кохлеарними імплантатами монаурально чи бінаурально; важливо зазначити, що багато залежить від якості слухових апаратів або імплантів, їх можливості давати певну розбірливість звукам і їх спроможність поглинати надмірні шуми, зосереджуючи увагу на момент передачі інформації співрозмовником, з умінням зчитувати інформацію по губах, якщо це необхідно; володіння словесною і/чи жестовою мовою; рівень інтелектуального розвитку, від якого залежить успішність навчання в осіб з різним ступенем втрати слуху; навчання в масовій чи спеціальній школі; різний ступінь соціалізації таких осіб, можливості їх інтеграції в суспільство; самоідентифікація особи з порушеннями слуху, з урахуванням культурних відмінностей. М. Фаттахова, Н. Михайлова (2017), розвиваючи теорію розвитку культурної ідентичності Н. Глікмана, виділяють чотири види самоідентифікації в глухих і слабочуючих: ідентифікація (належність) до культури осіб з типовим розвитком, ідентифікація з культурою глухих, маргінальність («збентеження», або заперечення своєї належності до обох культур) і подвійна ідентифікація (одночасна належність до обох культур). Остання, на думку авторів, є найбільш бажаною, ніж поодинокі самоідентифікація, бо дає змогу розширити соціальні зв'язки, це позитивно впливає на соціальну й психічну адаптацію осіб з порушеннями слуху [16, с. 101–102].

Також сімейне середовище відіграє неocenну роль у формуванні структури особистості особи з різним ступенем втрати слухової функції та її можливості налагодження соціальних зв'язків (О. Кошелева, 2012). Саме ставлення сім'ї формує певне ставлення до дефекту дитини, приймаючи її дефект чи ні. Одні батьки сприймають порушення слухової функції в дитини як катастрофу, як наслідок, вони проявляють надмірну жалість, увагу, гіперопіку до дитини з порушеннями слуху, позбавляючи будь-якої самостійності таку дитину. Також існує такий стиль виховання в сім'ї, коли батьки не сприймають наявний дефект у дитини, відповідно, і ставлять до такої дитини завищені вимоги, які не відповідають пізнавальним і фізичним можливостям дитини з порушеннями слуху [13, с. 673–674]. Та категорія батьків, яка адекватно сприймає дефект слухової функції дитини, створює оптимальні умови для фізичного, соціального й інтелектуального розвитку такої дитини з урахуванням її пізнавальних і фізичних можливостей. Важливо враховувати те, що дитина з порушеннями слуху в глухих батьків більш упевнено почувається; такі батьки її краще розуміють,

дитина розвивається в межах її можливостей і соціалізується в культурі «глухих». Батькам із типовим розвитком потрібен час для адаптації до дефекту дитини. Існують певні непорозуміння між дитиною з втратою слуху й чуючими батьками, що призводить до певного відчуження такої дитини, як наслідок, у майбутньому може спричинити внутрішньоособистісний конфлікт у цієї дитини; така дитина може відчувати власну неповноцінність, перебуваючи в оточенні здорових батьків. Разом із тим (Н. Мушастая, І. Данченко, 2015) дитина з порушеною слуховою функцією, проживаючи разом із батьками з типовим розвитком, має більше можливостей розвивати усне мовлення й навчитися налагоджувати соціальні зв'язки з оточуючими. Такі діти відчувають свою належність до світу «чуючих», перебудовуючи свій психічний апарат [17].

Отже, стиль батьківського виховання впливає на формування ставлення дитини до свого дефекту, сприяє формуванню в них самоідентифікації й належності до культури «чуючих» і «глухих».

Сьогодні в сучасній психологічній і педагогічній літературі немає однозначної думки стосовно конкретних психологічних особливостей в осіб з порушеннями слуху.

Нами запропоновано теоретичну модель нашого дослідження, яка відображена на рис. 1.

Виходячи з теоретичної моделі, визначили адекватні методики емпіричного дослідження:

1. Шкалу визначення самооцінки М. Розенберга. Дає змогу визначити самооцінку й глобальну самоповагу, вимірюючи водночас позитивні й негативні відчуття про себе.

2. Тест-опитувальник самоставлення В. Століна, С. Пантелєєва.

3. Шкалу задоволеності життям Е. Дінера. Шкала дасть змогу визначити суб'єктивний ступінь задоволеності життям особами з порушеннями слуху.

4. Тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка. Тест призначений для визначення й оцінки неадаптивних психічних станів і властивостей, таких як тривожність, ригідність, фрустрація, агресивність.

5. Шкала соціальної підтримки Г. Зіммета. Досліджує особливості сприймання респондентами соціальної підтримки з боку друзів, батьків та ін.

6. Опитувальник гандикапу в дорослих з порушеннями слуху (оригінальна назва – Hearing Handicap Inventory for adults (HHIA)). Мета шкали – визначити проблеми, які спричиняє втрата слуху в респондентів у повсякденному житті.

7. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф. Цей опитувальник призначено для визначення психологічного благополуччя та його компонентів.



Рис. 1. Складники та чинники суб'єктивного благополуччя осіб з порушенням слуху

Вищевказані методики вимагають перекладу з англійської українською. Необхідна також їх апробація на вибірці осіб з типовим розвитком.

8. Створення авторської анкети для респондентів з порушеннями слуху (міститиме інформацію про вік, стать, навчання/працевлаштування, відомості про батьків, стосунки, ступінь втрати слуху, застосування слухових апаратів/кохлеарних імплантів, ідентифікація респондентів з культурою чуючих/глухих або невіднесення себе до жодної з культур).

Проведено пілотажне дослідження специфіки копінг-стратегій і самоставлення в осіб з порушеннями слуху. Загальний обсяг вибірки становив 17 осіб, із них 13 осіб із соціальних мереж, 4 студенти університету «Україна» з порушеннями слуху. Загальна кількість чоловіків – 4. Особи, що взяли участь у тестуванні, – це студенти денної форми навчання закладів вищої освіти (університет «Україна», Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»), особи з вищою освітою, що вже завершили навчання в різних ЗВО України, мають стабільну роботу й успішно соціалізовані.

Ми обрали в емпіричному дослідженні лише окремі шкали, урахувавши психологічні особливості осіб із слуховою депривацією та їх підтверджену дослідженнями резистентність до втоми. Аналіз отриманих результатів показав, що переважними шкалами в цьому тест-опитувальнику в таких осіб є:

1. Самоприйняття (середнє – 83,24; стандартне відхилення – 20,56).

2. Самовпевненість (середнє – 56,55; стандартне відхилення – 27,85).

3. Ставлення до інших (середнє – 41,63; стандартне відхилення – 20,23).

Таким чином, високий рівень самоприйняття свідчить про адекватне прийняття власного психічного стану, незважаючи на наявність слухової дисфункції в таких осіб, але найбільш виражене самоприйняття призводить до підвищеної аутизації осіб з порушеннями слуху й іпохондричної зацикленості на власних переживаннях, у майбутньому може утруднювати налагодження соціальних контактів. Високий рівень самовпевненості свідчить про завищену самооцінку таких осіб. Такі особи можуть недооцінювати об'єктивно труднощі, що трапляються на їхньому шляху. Також підвищена самовпевненість може породити так звану маячню туговухих, особливо це проявляється в спілкуванні з чуючими людьми. Особи з порушенням слуху можуть у деяких випадках сприймати жарти й сміх оточуючих людей як насмішки чуючих щодо себе. Також самовпевненість може проявлятися в осіб з утратою слуху як механізм захисту від зовнішнього середовища.

Таким чином, згідно з методикою Р. Лазаруса, С. Фолкман, усі виділені стратегії (утеча-унікання та позитивна переоцінка, самоконтроль) належать до емоційно-орієнтованих копінг-стилів. Особи з порушеннями слуху використовують емоційно-орієнтований копінг-стиль у ситуаціях, коли вони об'єктивно не можуть вплинути на складні життєві ситуації. Також це відбувається тоді, коли складні життєві ситуації перевищують психофізичні

можливості самих осіб з порушеннями слуху. З іншого боку, після опанування власним психічним станом в осіб з різним ступенем втрати слуху спрацьовує стратегія самоконтролю. Виявлено зв'язок між копінг-стратегіями й особливостями самоставлення, що відображено в таблиці 1.

Як ми бачимо з таблиці 1, де відображені кореляційні зв'язки зі змінними та їх рівні значущості, усі змінні, які мають значущі кореляційні зв'язки, містять лише позитивні зв'язки, що може свідчити про їх взаємообумовленість і взаємовплив.

Змінні копінг-стратегій «дистанція», «самоконтроль» мають статистично достовірний кореляційний зв'язок ($r = 0,533$; $p = 0,05$); це говорить про те, що чим більша дистанція в осіб з порушеннями слуху, тим більше проявляється самоконтроль у них, щоб опанувати власним психічним станом у ситуації невдачі, або ситуація підвищених комунікативних бар'єрів між учасниками комунікативного процесу. Також постійне застосування поєднаних стратегій дистанції й самоконтролю особами з різною втратою слуху призводить до аутистичних проявів: до відчуження, до труднощів вербалізації емоційно-почуттєвої сфери.

Копінг-стратегії «дистанції», «утечі-уникання» мають статистично значущий кореляційний зв'язок ($r = 0,642$; $p = 0,01$). Ці стратегії мають спільні риси: уникання тих завдань, які вимагають надзусилля від респондентів і постійної мобілізації ресурсів з боку осіб з порушеннями слуху. Постійне застосування таких стратегій призводить до «пасування» складних життєвих обставин, очікуючи на те, що все само по собі вирішиться без безпосередньої їхньої участі. У ситуації неможливості вирішення нагальних питань, які необхідно розв'язати особам зі слуховою дисфункцією, можуть проявитися такі риси, як надмірна інфантилізація, надмірна пасивність перед наявними обставинами, навіть може з'явитися «несвідоме» забування нагальних питань, відповідно, і виявляється захисний механізм «витіснення».

Стратегії «планування рішення проблеми», «позитивна переоцінка» мають статистично

достовірний кореляційний зв'язок ($r = 0,739$; $p = 0,01$) в осіб з порушеннями слуху. Особи зі слуховою дисфункцією застосовують стратегію «планування рішення проблеми», коли проблеми дійсно не перевищують психофізичні можливості таких осіб, ці проблеми не призводять до стану розгубленості, фрустрованості, дратівливості таких осіб. Застосування стратегій «планування рішення проблеми» й «позитивної переоцінки» можливе в тому випадку, коли особи з порушеннями слуху можуть вирішити проблеми, причому детально обмірковуючи їх, у разі успішного вирішення проблем виникає позитивне підкріплення в осіб з порушеннями слуху. Також, плануючи вирішити проблеми, особи з порушеннями слуху можуть розглядати ці проблеми як мотиваційний фактор, що спонукає до саморозвитку таких осіб, до філософського осмислення наявних труднощів.

Шкали «очікуваного ставлення від інших», «самовпевненості» мають значущий кореляційний зв'язок ($r = 0,692$; $p = 0,01$), їх взаємозв'язок пояснюється тим, що, чим краще ставлення чуючих до осіб з порушеннями слуху, тим останні більш упевнені в собі, краще йдуть на контакт із чуючими. Психологічно комфортніше особи з порушеннями слуху почуваються в ситуації повного прийняття їх чуючими, ураховуючи їхні психологічні особливості, при створенні всіх умов для осіб з порушеннями слуху для повної їх інтеграції й соціалізації в чуюче середовище. У результаті такої взаємодії осіб зі слуховою депривацією вони відчують психологічну безпеку, підвищується самооцінка таких осіб.

Шкали «очікуваного ставлення від інших», «ставлення інших» мають достовірний кореляційний зв'язок ($r = 0,781$; $p = 0,01$). Їх взаємний зв'язок пояснюється тим, що, чим краще ставлення чуючих до осіб з порушеннями слуху, тим краще ставлення осіб із різною втратою слуху до світу «чуючих».

Висновки. В осіб з порушеннями слуху існує ціла низка психологічних проблем, пов'язаних як із самим захворюванням, так і з умовами соціалізації. Це призводить до недостатньо ефективних емоційних копінг-стратегій,

Таблиця 1

Кореляційні зв'язки між показниками самооцінки та копінг-стратегіями

	Змінні	Кореляція	Рівень значущості
Дистанція	Самоконтроль	$r = 0,533$	$p = 0,05^*$
Дистанція	Утеча-уникання	$r = 0,642$	$p = 0,01^{**}$
Планування рішення проблеми	Позитивна переоцінка	$r = 0,739$	$p = 0,01^{**}$
Очікуване ставлення до інших	Самовпевненість	$r = 0,692$	$p = 0,01^{**}$
Очікуване ставлення до інших	Ставлення до інших	$r = 0,781$	$p = 0,01^{**}$

нестійкого та негативного самостворення. Саме тому необхідно вивчення тих психологічних і соціальних чинників, які сприяють стану психологічного благополуччя цих осіб, що й запропоновано в нашій моделі дослідження.

Напрями подальших досліджень будуть слугувати методологічною основою для створення рекомендацій щодо особливостей онлайн-консультування осіб з порушеннями слуху. Планується розробити й апробувати психодіагностичний інструментарій для вивчення особливостей і виявлення соціальних і психологічних чинників суб'єктивного благополуччя осіб зі слуховою депривацією, що сприятиме створенню засад для гармонізації життя таких осіб.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Merle Boerrigter, Anneke Vermeulen, Henri Marres, Emmanuel Mylanus, Margreet Langereis. Self-concept of children and adolescents with cochlear implants. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*. Vol. 141. URL: <https://doi.org/10.1016/j.ijporl.2020.110506>.
2. Stephanie C P M Theunissen, Carolien Rieffe, Wim Soede, Jeroen J Briaire, Lizet Ketelaar, Maartje Kouwenberg, Johan H M Frijns. Symptoms of Psychopathology in Hearing-Impaired Children. *Ear and Hearing*: July/August 2015. Vol. 36. Issue 4. P. 190–198.
3. Ariapooran S., Khezeli M. Symptoms of anxiety disorders in Iranian adolescents with hearing loss during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*. 2021. Apr 21 (1). P. 185.
4. Seyedeh-Zeynab Mousavi, Guita Movallali, Nasrin Mousavi Nare. Adolescents with deafness: a review of self-esteem and its components. *Auditory and vestibular research*. 2017. Vol 26. № 3. P. 125–137.
5. Self-Esteem in Children and Adolescents With Hearing Loss / A.D. Warner-Czyz, B.A. Loy, C. Evans, A. Wetsel, E.A. Tobey. *Trends in Hearing*. 2015. Vol. 36.
6. Mulat Mekonnen, Savolainen Hannu, Lehtomäki Elina, Kuorelahti Matti. The Self-Concept of Deaf/Hard-of-Hearing and Hearing Students. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. 2016. Vol. 21. Issue 4. P. 345–351. URL: <https://doi.org/10.1093/deafed/enw041>.
7. Mental rehabilitation based on positive thinking skills training on increasing happiness hearing-impaired adolescents / M. Rostami, J. Younesi, Z. Salehy, G. Movallali. *Journal of international academic research for multidisciplinary*. 2014. Vol. 2. Issue 5. P. 389–395.
8. Tal Lambez, Maayan Nagar, Anat Shoshani, Ora Nakash. The Association Between Deaf Identity and Emotional Distress Among Adolescents. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. Vol. 25. Issue 3. July 2020. P. 251–260. URL: <https://doi.org/10.1093/deafed/enz051>.
9. Madeleine Chapman, Jesper Dammeyer. The Significance of Deaf Identity for Psychological Well-Being. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. 2017. Vol. 22. Issue 2. P. 187–194. URL: <https://doi.org/10.1093/deafed/enw073>.
10. Timothy J Byatt, Kerry Dally, Jill Duncan. Systematic Review of Literature: Social Capital and Adolescents who are Deaf or Hard of Hearing. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. 2019. Vol. 24. Issue 4. P. 319–332. URL: <https://doi.org/10.1093/deafed/enz020>.
11. Victoria L Mousley, Stephenie R Chaudoir. Deaf Stigma: Links Between Stigma and Well-Being Among Deaf Emerging Adults. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. 2018. Vol. 23. Issue 4. P. 341–350. URL: <https://doi.org/10.1093/deafed/eny018>.
12. Адеева Т.Н. Специфика жизненной траектории и показатели субъективного благополучия взрослых людей с нарушениями слуха. *Сибирский педагогический журнал*. 2018. № 5. С. 96, 100. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-zhiznennoy-traektorii-i-pokazateli-subektivnogo-blagopoluchiya-vzroslykh-lyudey-s-narusheniyami-sluha> (дата звернення: 30.11.2019).
13. Кошелева Е.А. Психологические особенности глухих и слабослышащих людей и их проявления в общении. *Известия Самарского научного центра Российской академии наук*. 2012. Т. 14. № 2. С. 672–674.
14. Гильяно А.С. Личностные особенности слабослышащих подростков, обучающихся в условиях общеобразовательной школы. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки»*. 2018. № 4. С. 110.
15. Кривоногова К.Д., Разумникова О.М. Особенности когнитивного статуса студентов с нарушением слуха: значение для инклюзивного образования. *Клиническая и специальная психология*. 2019. Том 8. № 2. С. 39, 42, 44–46.
16. Фаттахова М.Э., Михайлова Н.Ф. Самоидентификация и совладающее поведение у взрослых с нарушением слуха. *Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ*. 2017. № 5. С. 101–102.
17. Мушастая Н.В., Данченко И.В. Роль семьи в формировании у детей с нарушениями слуха. *Российский психологический журнал*. 2015. Том 12. № 2. С. 9, 12, 13.

СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ СИНДРОМУ БОЛЬОВОЇ ДИСФУНКЦІЇ (КЛІНІЧНА КАРТИНА ТА ПІДХОДИ ДО ЛІКУВАННЯ). ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

CURRENT STATE OF THE PAIN DYSFUNCTION SYNDROME PROBLEM (CLINICAL PRESENTATION AND TREATMENT APPROACHES). LITERATURE REVIEW

Світ прискорився, прогрес не стоїть на місці, але від 40 до 80% населення, як і раніше, страждають від больового синдрому спини. Цей факт свідчить про те, що дотепер так і не знайдено оптимального підходу щодо діагностики та лікування цієї проблеми.

Підходи, що існують сьогодні, розглядають проблему больового синдрому в спині із суто соматичного боку, іноді до її лікування підключаються спеціалісти з остеопатії, дуже рідко ми стикаємося з психологічною допомогою при болях у спині. Крім того, ці підходи використовуються окремо один від одного, що не допомагає пацієнту, а, навпаки, пролонгує шлях до його одужання.

Саме тому існує нагальна потреба пошуку нових лікувальних тактик, а можливо, зміни класичного підходу до терапії болю в спині та розгляду його не лише як соматичної проблеми, а враховувати і його психологічні аспекти, підключати остеопатичний підхід до системи допомоги. Варто зазначити, що, попри велику кількість досліджень у психосоматичному підході щодо больового синдрому спини, дотепер немає єдиного загальноприйнятого розуміння, що потребує подальшого вивчення.

Також є дефіцит розуміння психологічних наслідків больового синдрому в спині, його впливу на особистість, факторів ризику його виникнення. Не описано особливості особистості, притаманні пацієнтам із цим синдромом.

Саме тому в статті розглянуто проблеми діагностики та лікування больового синдрому в спині, проаналізовано наявні дані щодо його психологічних наслідків і факторів ризику його виникнення, описано соматичні, остеопатичні та психокорекційні методи, які колись було використано для допомоги пацієнтам із цієї проблемою. Також здійснено спробу щодо пошуку нових підходів до терапії больового синдрому в спині та інтеграції їх у загальну систему допомоги

з використанням психоостеосоматичного підходу.

Ключові слова: больовий синдром спини, діагностика, лікування, фактори ризику, психоостеосоматичний метод.

The world has accelerated, progress is not standing still, but 40 to 80 % of the population still suffers from back pain. This fact indicates that no optimal approach has been found to the diagnosis and treatment of this problem so far.

Current approaches address the problem of back pain from a purely somatic point of view, sometimes osteopaths are involved in its treatment, and very rarely we encounter psychological help for back pain. In addition, these approaches are used separately from each other, which does not help the patient but rather prolongs the path to recovery.

That is why there is an urgent need to find new treatment tactics, and possibly change the classical approach to the treatment of back pain and consider it not only as a somatic problem, but also to take into account its psychological aspects and connect osteopathic approach to the care system. It should be noted that despite the large number of studies in the psychosomatic approach to back pain, there is still no single common understanding that needs further study. There is also a deficit in understanding the psychological consequences of back pain, its impact on the personality, risk factors for its occurrence. The personality traits inherent in patients with this syndrome are not described.

That is why this article discusses the problems of diagnosis and treatment of back pain, analyzes existing data on its psychological consequences and risk factors, describes somatic, osteopathic and psycho-corrective methods that were once used to help patients with this problem. An attempt was also made to find new approaches to the treatment of back pain and integrate them into the general care system using a psycho-osteosomatic approach.

Key words: Back pain syndrome, diagnosis, treatment, risk factors, psychoosteosomatic method.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.23>

Мінчук Р.І.

аспірант кафедри клінічної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Більшість людей як мінімум один раз у житті стикалася з проблемою болю в спині. Він може виникати після динамічних фізичних навантажень, за тривалого перебування в статичній позі, після серйозних травм або ідіопатично, тобто просто так.

Згідно з даними ВООЗ, больовий синдром у спині – найбільш поширена проблема звернення щодо медичної допомоги [1].

Біль у нижній частині спини – одна з найчастіших причин звернення до лікаря, цей стан є лідируючою причиною втрати працездатності серед населення.

Основні причини болю в спині можна розділити на дві групи: вертеброгенні й невертеброгенні. Більшості пацієнтів із вертеброгенними болями в спині ставиться діагноз:

- грижа диска;
- спондилез;
- остеофіти;
- сакралізація, люмбалізація;
- зміни в міжхребцевих (фасеточних) суглобах;
- анкілозуючий спондиліт;
- спинальний стеноз;
- нестабільність хребцево-рухового сегмента з утворенням спондилолітезу;
- остеопороз;
- хвороба Бехтерева;
- функціональні порушення в міжхребцевих суглобах;
- остеохондроз.

Наступна теорія описує виникнення больового синдрому спини невертеброгенної етіології:

- міофасціальний синдром;
- фасеточний синдром;
- вісцero-соматичний рефлекс (синдром дзеркального відображеного болю в спині внаслідок порушення роботи органів ШКТ).

За тривалістю больового синдрому виділяють фази: гостру (<4 тижнів), підгостру (від 4 до 12 тижнів) і хронічну (> 12 тижнів). Кожна друга людина протягом життя хоча б раз стикається з епізодом болю в спині. У 3–10% людей біль у спині набуває хронічного стану. У 90% випадків біль у спині – це скелетно-м'язовий біль [2–5].

Біль – це наш «пес-охоронець», це чуттєвий досвід, що допомагає виживанню і є еволюційно важливий. Він формується в голові людини й завжди залежить від контексту. Якщо він загрозливий, то біль посилюється. Наприклад, при травмі мизинця на нозі футболіст буде відчувати біль сильніше, ніж піаніст, оскільки для футболіста травмування пальця несе загрозливий контекст. Так працює фізіологія болю [6; 7].

У 2018 році в серії статей про цю проблему в британському медичному журналі The Lancet зазначали, що в один момент півмільярда людей у цьому світі відчувають біль у спині. За даними ВООЗ, 70% людей стикаються із цією проблемою, а в 10% біль у спині стає хронічним [8].

Больовий синдром істотно змінює весь соціальний розвиток людини, змінює її можливості в здійсненні різних видів діяльності, призводить до обмеження кола контактів, загальної зміни місця в житті. У зв'язку з цим досить часто спостерігаються психологічні наслідки больового синдрому, такі як психоемоційна лабільність, кволість, апатія, підвищена вимогливість, образливість, зниження вольової активності, обмеження кола інтересів, порушення цілеспрямованої діяльності, збіднення загального психічного складу [9].

У літературі часто зустрічаються спроби знайти причину больового синдрому в спині в порушеннях формування хребта, тобто суто соматичний підхід до цієї проблеми.

Згідно з однією з теорій, формування больового синдрому спини дорослої людини може формуватися ще в перинатальний період. Опірно-рухові дисфункції формуються разом із плодом в період ембріогенезу.

Описано, що вроджені зміни виникають унаслідок відхилень внутрішньоутробного розвитку, наявності гена кривизни у формуванні лордо-кіфоз-лордоз або травми плода під час пологів. Це хребці клиновидної форми, сполучнотканинна дисплазія, вивих атланта (1-го шийного хребця), міотонічні синдроми (кривошия тощо). На частку вроджених відхилень припадає не більше 10% усіх поразок [10; 11].

З остеопатичної точки зору якщо спостерігається вивих або підвивих атланта і зміна його положення відносно аксису (2-го шийного) і по принципу доміно інші тіла й відростки з фасетками будуть адаптуватися під зміну положення одного тіла хребця. У перспективі це може призвести до скаліотичної дуги й больового синдрому в ранньому віці [12].

Через порушення нормального стану шийного відділу хребта часто можна спостерігати зниження надходження крові в головний мозок, що спричиняє гіпоксію, порушення діяльності моторної кори та мозкових оболонок [13].

Повертаючись до питання больового синдрому неverteброгенної етіології, під міофасціальним синдромом розуміють утворені в товщі м'яза міофасціальні тригерні точки і блоки.

У товщі м'яза знаходиться велика кількість дрібних нервових закінчень і судин, які можуть подразнюватися через механічного стиснення, що й викликає почуття болю, відчуття «защемлення» в спині.

У ЦНС формується вогнища і подразнення на вегетативно-психічному й соматичному рівнях [14; 15].

Згідно зі статистикою, частота болю в спині внаслідок фасеточного синдрому становить 15–40% [16].

Вісцero-соматичний рефлекс виникає внаслідок тривалого перенапруження, що, у свою чергу, призводить до підвищення концентрації соляної кислоти й вироблення шлункового ферменту гастрину 17, що є причиною виникнення виразки шлунка і 12-палої кишки, у вигляді компенсації відбувається фасилітація (блок) сегмента хребетного стовпа на рівні місця прикріплення шлунка і 12-типалої кишки до хребта. У результаті виникає біль у спині, що має в основі порушення органів травлення [17; 18].

Коли біль систематично дає про себе знати, формується рефлекторна больова дуга від, умовно кажучи, джерела болю до мозку. У мозку, у свою чергу, формується нейрофізіологічний больовий шип (аксон + дендрит + нейромедіатор + синапс = біль).

У цей момент біль уже існує в голові, людина починає весь час чекати біль, навіть коли його немає, а коли він з'являється, то він посилюється більше, ніж є насправді. Біль стає суб'єктивним і заважає жити, працювати, насолоджуватися життям. Це тригер, який кричить і ніяк не замовкає.

Часто м'язовий тригер може спричинити біль, але еволюційно напруження м'язів спини має захисний характер: захист еластичного міжхребцевого диска від надмірного навантаження, але в деяких випадках цей механізм може шкодити.

Далі соматичний біль викликає психоемоційні порушення. Механізм психологічного патогенезу больового синдрому спини виглядає як катастрофізація болю (драматичне, дисфункціональне сприйняття болю і його наслідків для життя), кінезіофобію (страх пацієнта підвищувати фізичну активність, займатися фізичними вправами), «обмежувальна, «больова» поведінка (вироблені пацієнтом дезадаптивні моделі поведінки, які насправді тільки погіршують його стан), а іноді симптоми тривоги й депресії, порушення сну [19; 20].

Унаслідок порушення опорно-рухового апарату й виникнення больових відчуттів різного патогенезу супутні негативні думки пацієнта (катастрофізація болю) викликають негативні емоції (тривога, сум, гнів, злість), які, у свою чергу, підсилюють біль і сприяють розвитку дезадаптувальної поведінки (зниження повсякденної активності, надлишковий прийом знеболюючих препаратів, проходження повторних медичних обстежень і консультацій за відсутності органічної патології, звільнення з роботи тощо) [21].

Формується так зване «порочне коло»: негативна думка негативна емоція біль дезадаптувальна поведінка і знову негативна думка [22].

За результатами нейрофізіологічних досліджень і функціональної магнітно-резонансної томографії (МРТ), у пацієнтів з больовим синдромом негативні думки викликають посилення сприйняття болю, підвищення активності структур головного мозку, відповідальних за емоційне сприйняття болю [23].

Таким чином, ми підійшли до розгляду проблеми больового синдрому в спині з позиції психосоматичного підходу.

Загалом проблема тісного взаємозв'язку психічного й соматичного вивчається протягом кількох століть, із часів Гіппократа й Арістотеля.

У 1818 році німецький лікар із Лейпцига Я. Хайнрот увів термін «психосоматичний». Йому належали слова: «Причини безсоння зазвичай психічно-соматичні, проте кожна життєва сфера може сама по собі бути достатньою їй підставою».

«Психосоматика (грец. Psyche – душа, soma – тіло) – напрям у медицині і психології, що займається вивченням впливу психологічних факторів на виникнення й подальшу динаміку соматичних захворювань [24].

Психосоматичні захворювання – це біль і страждання душі, які не знайшли іншого виходу, крім як через тіло, це розповідь душі про себе, а найчастіше її крик.

Часто-густо цей «крик» настільки гучний, що вночі неможливо спати, 80% пацієнтів із хронічним болем мають в анамнезі психотравму, або «психологічне погіршення». Саме тому

в лікуванні хронічних хворих необхідна не лише діагностика фізичного стану здоров'я, а й урахування їхнього психологічного стану [25].

Виділяючи фактори, що призводять до розвитку больового синдрому спини, важливо спочатку розглянути психосоматичні механізми взагалі больових синдромів.

Психічні порушення можуть сприяти розвитку больових синдромів у декількох варіантах: у рамках істеричного або іпохондричного розладу, у поєднанні з депресією, тривогою і при психотичних станах. Біль нерідко виявляється у хворих з демонстративно-іпохондричними розладами й у багатьох випадках слугує єдиним проявом психологічного дистресу. Як правило, хворі, не здатні розпізнати наявність психологічного конфлікту, висловлюють свої емоційні переживання у вигляді болю або інших соматичних симптомів і класифікуються як соматоформні розлади. Такі пацієнти можуть несвідомо перебільшувати свої симптоми, щоб переконати лікаря в тому, що він має справу із серйозним захворюванням. Нерідко хворі відчувають суттєве полегшення, як тільки лікар установлює діагноз конкретного захворювання, за умови що воно не є прогресуючим і має добрий прогноз [26–28].

Больовий синдром часто може бути проявом депресії. У 30–40% пацієнтів з больовим синдромом діагностується депресія [29].

Виділяють 3 можливі механізми взаємозв'язку болю й депресії: довгостроково наявний больовий синдром призводить до розвитку депресії; депресія передуює виникненню болю й нерідко є її першим проявом; і, нарешті, депресія і біль розвиваються незалежно один від одного й існують паралельно. У контексті психосоматичного підходу ми розглядаємо депресію як фактор виникнення больового синдрому, тобто депресія первинна – біль вторинний [30].

Є припущення, що наявна в пацієнта депресія може рано чи пізно призвести до виникнення того чи іншого больового синдрому, так званого синдрому «депресія-біль». Так, спеціальне опитування дало змогу виявити в пацієнтів, які страждають на біль різної локалізації, певний рівень депресії ще до появи перших больових скарг. Тобто депресія була первинна, і біль з'явилася пізніше [31; 32].

Найбільш імовірно, що депресія є найважливішим фактором для розвитку болю і трансформації епізодичних болів у хронічні.

Навіть залишаючи осторонь питання про первинність і вторинність депресивних розладів у хворих з больовими синдромами, очевидно, що депресія є найважливішим компонентом багатьох хронічних больових станів і потребує лікування. Варто підкреслити очевидний зв'язок між депресивним настроєм і показниками больової чутливості. В екс-

периментах показано, що при моделюванні депресивного фону настрою (прочитання текстів відповідного змісту) у випробовуваних знижувалася толерантність до холододового навантаження, при цьому показники інтенсивності больових відчуттів (за даними візуальної й вербальної аналогових шкал) залишалися незмінними. Навпаки, поліпшення настрою супроводжувалося підвищенням стійкості до холододового навантаження. Висунуто припущення, що фон настрою швидше впливає на поведінковий компонент відповіді на больовий стимул, ніж на інтенсивність больових відчуттів, тобто визначає здатність справлятися з болем [33–37].

Клінічно негативний вплив депресії на больовий синдром може проявлятися збільшенням інтенсивності і тривалості болю, тобто істотним навантаженням клінічної картини, виникненням або посиленням наявного м'язового напруження, дисомнії, а також появою або посиленням болю в період нічного сну, обтяженням перебігу міжбольового періоду (поява астенії, апатії, психовегетативних і психосоматичних порушень) [35].

Серед різних поглядів на тісний зв'язок болю й депресії найбільш визнаними є уявлення про загальні нейрохімічні механізми цих двох феноменів. Показано також, що при депресії полегшується сенсорна передача болю через соматичне фокусування – підвищену увагу до больової зони. Депресивний стан зумовлює специфічну больову поведінку пацієнта з болем та істотно обмежує вибір стратегій подолання болю, з яких найбільш часто зустрічається катастрофізація. У результаті пацієнти починають сприймати біль як стан, що загрожує їхньому здоров'ю або навіть життю, стають ще більш депресивними. У кінцевому підсумку, вони втрачають віру в можливість подолання больової проблеми й надію на одужання, розглядають своє майбутнє як похмуре й безнадійне, повністю відмовляються від боротьби. У пацієнтів, які страждають больовим синдромом спини та депресією, як правило, порушується соціальна й професійна адаптація, а якість життя виявляється істотно зниженою [26; 38–40].

Індивідуальні відмінності в реагуванні пацієнтів на біль часто пов'язують із рівнем тривожності індивідуума. Клінічні спостереження й дослідження із застосуванням психометричних тестів показують наявність тісного зв'язку між тривогою та депресією, що зумовлено схожими нейромедіаторними змінами в мозку при цих станах. Так, показано, що частота депресивних розладів, що не супроводжуються тривогою, украй низька та що поєднання тривоги й депресії не може бути випадковим збігом. Дані низки досліджень дають змогу припускати, що серед цих двох станів

депресія є більш значущою для якості життя пацієнтів із болем [31; 38; 41–43].

Також розвитку больового синдрому в спині можуть сприяти сімейні, соціально-економічні та культурологічні фактори, пережиті в минулому життєві події, а також особливості особистості хворого. Зокрема, спеціальне опитування пацієнтів з больовим синдромом показало, що їхні найближчі родичі часто страждали від больових відчуттів. У таких «больових сім'ях» у декількох поколіннях може формуватися специфічна модель реагування на біль. Показано, що в дітей, батьки яких часто скаржилися на біль, частіше, ніж у «небольових» сім'ях, виникали різні больові епізоди. Крім того, діти, як правило, переймали «болючу» поведінку своїх батьків. Пережиті в минулому події, особливо фізичне або сексуальне насильство, також можуть мати значення для виникнення в подальшому больового синдрому. Особи, що займаються важкою ручною працею, більш схильні до розвитку болю, часто перебільшують свої болючі проблеми, прагнучи отримати інвалідність або легшу роботу. Показано також, що чим нижчий культурний та інтелектуальний рівень пацієнта, тим вища ймовірність розвитку в нього «психогенних» больових синдромів і соматоформних розладів [44–47].

Психотип і структура особистості, яка формується з дитинства та, як правило, обумовлена генетично й культурологічно, є в основному стабільною характеристикою, властивою кожному індивідууму, у цілому зберігає своє ядро після досягнення зрілого віку. Саме особливості особистості визначають реакцію людини на біль і її «больову» поведінку, здатність переносити больові стимули, спектр емоційних відчуттів у відповідь на біль і способи її подолання.

Наприклад, виявлена достовірна кореляція між переносимістю болю (больовим порогом) і такими рисами особистості, як інтра- й екстравертність і невротизація (невротизм). Екстраверти під час больових відчуттів більш яскраво висловлюють свої емоції та здатні ігнорувати больові сенсорні впливи. Водночас невротичні й інтравертивні (замкнуті) індивідууми «страждають у тиші» та виявляються більш чутливими до будь-яких больових подразників. Крім того, люди, які володіють оптимістичним поглядом на життя, відрізняються більшою толерантністю до болю, ніж песимісти [48–51].

З позиції психосоматики больовий синдром спини також розглядають як порушення здоров'я, при яких відбувається соматизація психологічних переживань, коли власний організм, захищаючи душевну рівновагу, тим самим порушує вертебральну рівновагу й з'являється біль у спині, тобто порушується гармонія тілесного здоров'я [52].

На фізичному рівні будь-яка негативна емоція рефлекторно «стискає» наше тіло. Якщо подібна реакція відбувається періодично, то формується «звичний спазм». З точки зору остеопатії порушується рухливість тканин організму, щоб не викликати негативної й витісненої емоційної реакції.

Локалізація подібного порушення дуже індивідуальна, може залежати від типу емоції, від причини її виникнення, від індивідуальних особливостей організму, характеру, виховання, оточення й від особливостей ситуації, у яку потрапляє людина.

Поступово формується патологічний ланцюжок: стимул (зовнішня ситуація, думка) – емоція – тілесна реакція. Будь-які схожі переживання (спогади, запахи, зовнішні подразники, емоції) викликають активізацію нейроцитів на сформованій нейропсихологічній дузі та повертаються звичні страждання тіла.

Часто наслідки будь-яких вертебральних конструкцій виражаються у вигляді хронічного больового синдрому, який може локалізуватися в будь-яких частинах тіла. У таких випадках у пацієнта можуть з'являтися хворобливі відчуття, походження яких не може пояснити сучасна медицина, формується «замкнуте коло».

Таким чином, якщо враховувати й психологічну частину в патогенезі болю в спині, стає зрозумілою недостатня ефективність суто соматичного лікування. Підключення психотерапевтичних методів лікування до соматичних може виявитися більш ефективним. Коли до психотерапевтичного лікування додається остеопатичне, удається ширше дивитися на проблематику та шанси на одужання можуть збільшитися.

Висока актуальність питання лікування больового синдрому в спині зумовлена тим, що біль у спині є другою за частотою причиною звернення до лікаря після респіраторних захворювань і третьою за частотою причиною госпіталізації. Близько 20% дорослого населення страждають від періодично повторюваного болю в спині, тривалістю від 3 днів і більше. Серед них у 80% під впливом лікування біль проходить протягом 1 міс.

Найчастіше болями в спині страждають люди працездатного віку – від 30 до 45 років. Саме в цьому віковому періоді болю в спині є однією з найбільш частих причин втрати працездатності. Біль у спині – проблема міждисциплінарна, так як може спостерігатися в клінічній картині низки соматичних, неврологічних і психічних захворювань [17].

Найвні методи лікування больового синдрому в спині більш стосуються соматичного складника. З позиції лікування цього синдрому соматичними методами процес курації

фундаментально повинен бути спрямований на поліпшення кровопостачання та інервації паравертебральних відділів, поліпшення стану та рухливості міжхребцевих дисків, глибоких м'язів спини і нервів.

Виділяють такі види терапії при больовому синдромі спини:

- медикаментозне лікування;
- міофасціальна мануальна терапія;
- акупунктура;
- фізична терапія;
- ЛФК в домашніх умовах;
- остеопатичне лікування болю.

Медикаментозне лікування застосовується при захворюваннях опорно-рухового апарату, а також для лікування гострого та хронічного болю в хребті. Швидко знімає запалення й больовий синдром знеболювальний ефект, тобто є симптоматичним і не впливає на всі ланки патогенезу, не усуває основну причину цього синдрому. Тому медикаментозне лікування дає швидкий, але нетривалий ефект [53; 54].

Метод міофасціальної мануальної терапії – це розтягнення й розслаблення проблемних ділянок спини з використанням методик постізометричної релаксації та рефлексотерапевтичного масажу, трастів, може показувати певну ефективність, яка не триває досить довго й симптоми можуть повертатися знову [55].

Акупунктура направлена на розширення дрібних судин і посилення кровотоку в зоні впливу, що сприяє усуненню тригерних точок, хоча сьогодні цей вид терапії не показує заявленої ефективності [20; 56–60].

Фізичну терапію зазвичай використовують для покращення крово- та лімфообігу, знеболювання, загального зміцнення організму, коригувальної дії на хребет і тулуб, зміцнення м'язів спини, нормалізації функції нерво-м'язового комплексу, підвищення адаптаційних можливостей.

Так, серед фізичних методів застосовують електростимуляцію ослаблених м'язів спини, діадинамотерапію, електрофорез анестезуючої суміші кальцію та фосфору, УВЧ-терапію, ультрафіолетове опромінювання, парафіно-озокеритні аплікації. Тобто фізична терапія спрямована на покращання загального стану організму, не є прицільною, спрямованою суто на патогенетичні ланки больового синдрому в спині [61–63].

Лікувальна гімнастика – ЛФК – комплекс фізичних вправ, спрямованих на лікування, реабілітацію та профілактику захворювань опорно-рухового апарату, допомагає зміцнити м'язовий корсет спини, збільшити рухливість суглобів, усунути дисбаланс м'язів і зв'язок, знизити навантаження на хребет, а також комплексно оздоровити організм. Однак разом із фізичними методами не є спрямованою на патогенетичні ланки, тому ефект може бути

слабким і нетривалим в умовах використання цього методу відокремлено від інших [64].

Остеопатичні методи курації болю – метод ручної остеопатичної діагностики, заснований на здатності фахівця визначити напруження м'язів, натяг фасціальних оболонок і сухожиль, зміщення кісток і порушення ритмів руху внутрішніх органів, причини захворювання, які можуть маскуватися під різні реакції тіла, і синдроми, наприклад, локальні болі, неврологічні порушення [65; 66].

У процесі огляду остеопат коригує суглоби, хребет і відновлює рухливість у них, знімає м'язові спазми, покращує рух крові й лімфи, що дає змогу зняти біль не лише як наслідок, а іноді і як причину. Терапія проходить м'яко й без різких інвазивних втручань, що є важливим моментом для мотонейронів для курації больового синдрому при міофасціальному синдромі.

Остеопатичний підхід розглядає больовий синдром як наслідок збою тривимірної роботи м'язово-скелетної, нервової та психічної системи, яка постійно адаптується до нових обставин перебування й розвитку в навколишньому середовищі, тобто він є нібито містчком між соматичним і психологічним підходом.

Остеопатичне лікування аналізує проблеми як порушення всього організму, а не окремого органу або конкретної системи. Виниклий симптом є тільки наслідком прихованої недуги. Часто справжня причина недуги криється зовсім не там, де її шукають. Іноді проблеми зі здоров'ям викликають на перший погляд абсолютно не взаємопов'язані між собою органи. Іншими словами, у поперекових болях іноді може бути винна навіть щелепа, а в зубному болю – проблеми зі стопою. Хоча це звучить дивно й навіть смішно, але в організмі все більш взаємопов'язане, ніж ми думаємо [67].

Остеопатична методика лікування болю полягає в спрямованості на запуск прихованих ресурсів організму для самозцілення. Виділяють такі види остеопатичної терапії:

- вісцеральну – для вирішення проблем органів грудинно-брюшної діафрагми й органів малого тазу, моторно-евакуаторної функції кишківника, перистальтики, секреторної функції;

- структуральну – для вирішення проблем опорно-рухового апарату та його болю, порушення постави, дегенеративні зміни суглобів, обмежень рухів кінцівок і спазмів що спонукують біль. Цей вид має велику ефективність при болі в спині внаслідок м'язово-фасціального синдрому. М'яка мобілізація м'яза спини та/або його зв'язкового апарату не викликає активізацію мотонейронів і в обхід гамма-петлі вдається відразу вплинути на першопричину болю;

- краніо-сакральну – ефективно покращує кровообіг головного мозку, усуває голов-

ний біль, відновлюється рухливість кісток тазу, суглобів хребта, зменшується напруження мозкових мембран, нормалізується функція нервової системи [68–73].

Таким чином, лікування пацієнтів наведеними методами соматичної терапії дає позитивну динаміку, але не завжди та не пролонговано, що свідчить про те, що соматичні методи не враховують дуже важливу ланку патогенезу – психологічну.

Психокорекційні методи, на відміну від соматичних, зазвичай допомагають подолати катастрофізацію болю, «обмежувальну» поведінку, симптоми тривоги й депресії, поліпшити якість життя, що впливає на психічну етимологію болю в спині.

За останні кілька років відбувається збільшення кількості клінічних досліджень із цього напрямку. Так, із 2011 по 2018 рр. проведено 24 контрольовані дослідження. Провідними психологічними методами для лікування пацієнтів з больовим синдромом визнаються когнітивно-поведінкова терапія (далі – КПТ) і майндфулнес (терапія усвідомленість) [74; 75].

Автори недавнього міжнародного огляду 15 посібників з діагностики та лікування больового синдрому зробили висновок, що більшість (82%) керівництв рекомендують використовувати психокорекційні методи в лікуванні хворих на больовий синдром [53].

Психокорекційні методи допомагають змінити уявлення пацієнтів про фізичну активність і пов'язані з нею очікування, підвищити їхню прихильність до лікувальної гімнастики й інших видів фізичних вправ (наприклад, плавання, водної аеробіки, пішої ходьби, занять фітнесом) [56; 57; 76].

Використання психокорекційних методів може збільшувати тривалість досягнутого клінічного ефекту після лікування [19; 20].

Виходячи з психосоматичної теорії больового синдрому в спині, важливе місце в його лікуванні займають психокорекційні та психотерапевтичні методи. Саме вони допомагають пацієнтам не тільки впоратися з катастрофізацією болю, підвищити повсякденну активність і знизити ймовірність рецидиву захворювання, а й розв'язати наявні внутрішньоособистісні конфлікти, які лежать в основі формування больового синдрому в спині. Саме тому разом із вищенаведеними КПТ та майндфулнес використовують особистісно орієнтовані психодинамічні методи психотерапії [77; 78].

У цілому виділяють такі психотерапевтичні методи, що використовують для лікування больового синдрому в спині:

1. Психосинтез – динамічна корекція психічного життя людини з урахуванням певного підходу до будови та функціонування внутрішнього світу.

2. Терапія, сфокусована на вирішенні. Принципово не фокусується на пошуку причин дискомфорту пацієнта, а займається пошуком і реалізацією ресурсів для його подолання.

3. Позитивна інтерпретація симптомів дає змогу знайти позитивний початок у хвороби й поступово змінює точку зору на свою хворобу.

4. Гештальт-терапія. Розблокування та стимулювання розвитку людини, реалізація її можливостей і прагнень за рахунок створення внутрішнього джерела опори й оптимізації процесів саморегуляції, робота з почуттями пацієнта.

5. Когнітивно-поведінкова. Психопатологічні та психосоматичні розлади є наслідком неточної оцінки подій. При зміні оцінки цих подій відбувається зміна стану, виникає можливість по-іншому реагувати на ситуації, що викликають напади паніки або агресії.

6. Символодрама (метод кататимного переживання образів).

7. Транзактний аналіз. Аналіз у структурі особистості его-станів, сукупності пов'язаних між собою поведінь, думок і почуттів як способу прояву особистості в цей момент.

8. Ортодоксальний психоаналіз. Аналіз витіснених у несвідоме несприятливих емоцій (агресія, сексуальний потяг), які проявляються у вигляді символів.

9. Психодрама. Груповий процес, у якому використовується інструмент драматичної імпровізації для вивчення внутрішнього світу пацієнта, формування нових відносин і моделей поведінки, реально наближених до життя.

10. Тілесно-орієнтована психотерапія. Робота з невирішеними емоціями і травматичними спогадами пацієнта, які внаслідок механізмів психологічного захисту знаходять вихід через тіло.

11. Нейролінгвістичне програмування.

12. Сімейна психотерапія. Модифікація відносин між членами сім'ї як системи.

13. Креативна візуалізація. Використання творчої, керованої візуалізації для формування нейропсихологічних процесів.

14. Арт-терапія мистецтвом. Метод дає змогу експериментувати з почуттями, досліджувати й виражати їх на символічному рівні.

15. Танцювально-рухова психотерапія. Метод, у якому рух є способом переробки інформації, самопізнання, самовираження і розвитком.

16. Копінг-поведінка-форма поведінки, яка відображає готовність індивіда вирішувати життєві проблеми. Це поведінка, що спрямована на пристосування до обставин і передбачає сформоване вміння використовувати певні засоби для подолання емоційного стресу. При виборі активних дій підвищується ймовірність усунення впливу стресорів на особистість. Особливості цього вміння пов'язані з «Я-кон-

цепцією», локусом контролю, емпатією, умовами середовища. За уявленнями Маслоу, копінг-поведінка протиставлена експресивній поведінці.

17. Майндфулнес (терапія усвідомленості, англ. Mindfulness – усвідомленість, просвітлення, безоцінне усвідомлення) – психологічний метод лікування хронічного болю й емоційних порушень, заснований на медитації.

18. Психоаналітична терапія.

Психологічні методи курації потрібні як для того, щоб змінити ставлення пацієнта до хвороби й фізичного навантаження, так і для впливу на психосоматичний складник цього синдрому, а саме невирішеного психологічного конфлікту [79-98].

Висновки. Таким чином, на фоні добре розробленої схеми соматичного лікування больового синдрому в спині існує необхідність додання психокорекційних і психотерапевтичних методів і створення комбінованого протоколу для впливу на всі ланки патогенезу цього розладу.

Комбінований протокол повинен урахувати міждисциплінарний підхід до лікування, який включатиме не тільки освітню програму, психокорекційні та психотерапевтичні методи, наявні соматичні методи, а й остеопатичні методи, роль яких недооцінювалася дотепер.

Психосоматично-остеопатичний підхід може виявитися дуже ефективним, так як це дає змогу розглядати організм людини як єдине ціле. Методи остеопатичного лікування дають можливість запустити саморегуляцію організму, а також допомагають пацієнту відновити емоційний баланс, разом із психотерапевтичним та соматичним лікуванням вплинути на всі ланки патогенезу.

Таким чином, пропонування міждисциплінарної моделі терапії, де біль розглядається не просто як відчуття, в основі якого лежить пошкодження тканини або органу, а комплекс мультимодальних переживань, може стати новим етапом у лікуванні больового синдрому спини й показати більшу ефективність порівняно з наявними методами. Цей підхід пропонує не тільки вивчати моторні та сенсорні механізми болю, а й брати до уваги когнітивні, афективні й поведінкові характеристики, які визначають перенесення болю, больову поведінку та здатність справлятися з больовим синдромом.

Більш того людина – істота соціальна, тому останнім часом особливо важливим стає вивчення біомеханічної та біопсихосоціальної концепції болю. Малорухливий спосіб життя, статична сидяча робота з дня в день погіршують якість опорно-рухового апарату кожного з нас і згодом призводять до виникнення больового синдрому. Саме тому це питання є архіважливим і потребує подальшого вивчення.

Перерахована вище методологія соматичної (мануально-фізичної та медикаментозної) терапії больового синдрому спини не є панацеєю в разі виникнення болю, вона усуває симптоми болю недостатньо, впливаючи на першопричину, тому ефект від соматичної терапії короткотривалий.

Соматичні методи лікування недосконалі, тому що етіологія захворювання є не тільки суто фізіологічна, а й психогенна. Тому є необхідність використання психокорекційних інструментів для вдосконалення процесу лікування больового синдрому спини та підвищення ефективності в лікуванні.

Також біль необхідно розглядати як особистісне переживання, що виникає під впливом не лише фізичної патології, а й особистісного погляду на захворювання та попереднього досвіду. Такі психологічні фактори, як страх, тривога, депресія, безумовно, впливають на формування та сприйняття болю. Відповідно до цієї концепції, біль – це результат динамічної взаємодії біологічних, психологічних і соціокультурних факторів.

Крім того, невирішений внутрішній конфлікт може стати причиною виникнення болю в спині та хвороб, асоційованих із болем, тобто психосоматичний механізм його виникнення.

Таким чином, якщо розглядати біль у спині як психосоматичне захворювання, ми не зможемо повноцінно допомогти таким пацієнтам, не впливаючи на психологічну ланку патогенезу захворювання. Стійкий позитивний результат лікування можливий тільки із застосуванням комплексної терапії.

Більш того, неправильно підібраний метод діагностики або вид терапії й подальші рекомендації при першому звертанні до спеціаліста можуть бути ятрогенним фактором, який заставляє хворого «опускати руки» і зневіритися в подальшому результаті.

Психосоматичний підхід до больового синдрому в спині потребує від фахівця володіння суміжними знаннями та досвідом декількох спеціалізацій або партнерства з іншими спеціалістами для більш ефективного діагностування й терапії цього синдрому.

Через недостатність даних щодо діагностики та лікування больового синдрому спини ми вважаємо за необхідне більш поглиблене вивчення питання психологічних аспектів, що впливають на етіологію й патогенез болю, динаміку лікування, як результат, створення нового психосоматико-остеопатичного підходу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 310 diseases and injuries, 1990–2015: a systematic analysis

for the Global Burden of Disease Study 2015. *GBD 2015 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Lancet.* 2016. № 388 (10053). P. 1545–1602.

2. Koes B.W., van Tulder M.W., Thomas S. Diagnosis and treatment of low back pain. *BMJ.* 2006. № 332 (7555). P. 1430–1434.

3. Central pain processing in chronic tension – type headache / K. Lindelof, J. Ellrich, R. Jensen et al. *Clin. Neurophysiol.* 2009. № 120 (7). P. 1364–1370.

4. Tavee J.O., Levin K.H. Low back pain. *Continuum.* 2017. № 23 (2). P. 467–486.

5. Petersen T., Laslett M., Juhl C. Clinical classification in low back pain: best-evidence diagnostic rules based on systematic reviews. *BMC Musculoskelet Disord.* 2017. № 18 (1). P. 188.

6. Хронические болевые синдромы пояснично-крестцовой локализации: значение структурных скелетно-мышечных расстройств и психологических факторов / Е.В. Подчуфарова, Н.Н. Яхно, В.В. Алексеев и др. *Боль.* 2003. № 1. С. 38–43.

7. Психиатрические, психологические и неврологические характеристики больных с хроническими болями в спине / Ю.А. Александровский, Н.Н. Яхно, А.С. Аведисова и др. *Журн неврол и психиатр.* 2002. № 103 (4). С. 26–31.

8. Gatchel R.J., Rollings K.H. Evidenceinformed management of chronic low back pain with cognitive-behavioral therapy. *Spine J.* 2008. № 8. С. 40–44.

9. Morone N.E., Rollman B.L., Moore C.G., et al. A mind-body program for older adults with chronic low back pain: results of a pilotstudy. *Pain Med.* 2009. № 10 (8). С. 1395–407.

10. Шток В.Н. Головная боль. 2-е издание. Москва : ООО «Медицинское информационное агентство», 2007. 472 с.

11. Справочник по формулированию клинического диагноза болезней нервной системы / под ред. В.Н. Штока, О.С. Левина. Москва : ООО МИА, 2006. 520 с.

12. Chou R., Qaseem A., Snow V., et al. Diagnosis and treatment of low back pain: a joint clinical practice guideline from the American College of Physicians and the American Pain Society. *Ann Intern Med.* 2007. № 147. P. 478–91.

13. Іванічев Г.А. Патогенетичні аспекти формування та проявлення класичних больових м'язових синдромів. *Мануальна терапія.* 2009. № 3 (35). С. 4–5.

14. Беглярова М., Орлова О. Вторичный миофасциальный болевой синдром при невралгии тройничного нерва. *Врач.* 2007. № 36. С. 105–107.

15. Вальтер Дэвид С. Прикладная кинезиология. 2-е издание. Санкт-Петербург, 2011. 644 с.

16. Годзенко А.А., Бадюкин В.В. Локальная терапия миофасциального болевого синдрома. *РМЖ. Ревматология.* 2007. № 26. С. 1998–2003.

17. Van Tulder M.W., Touray T., Furlan A.D. et al. Muscle relaxants for non-specific low back pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2003. № 2.

18. Іванічев Г.А. Патогенетические аспекты формирования и проявления классических болевых мышечных синдромов. *Мануальная терапия.* 2009. № 3 (35). С. 3–12.

19. Парфенов В.А., Головачева В.А. Хроническая боль и ее лечение в неврологии. Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. 288 с. [Parfenov V.A., Golovacheva V.A. Khronicheskaya bol' i ee lechenie v nevrologii [Chronic pain and its treatment in neurology]. Moscow : GEOTAR-Media, 2018. 288 p. (In Russ.)]
20. Сучасні аспекти діагностики та лікування вертеброгенних больових синдромів / А.А. Козелкін, С.А. Козелкіна, І.Г. Віцина та ін. *Міжнародний неврологічний журнал*. 2006. № 1 (5). С. 82–85.
21. Otis J.D. Managing chronic pain: a cognitive-behavioral therapy: therapist guide. 1st ed. New York : Oxford University Press; 2007. 114 p.
22. Гурак С.В., Парфенов В.А., Борисов К.Н. Мидокалм в комплексной терапии острой поясничной боли. *Боль*. 2006. № 3. С. 27–30.
23. Walsh D.A., Radcliffe J.C. Pain beliefs and perceived physical disability of patients with chronic low back pain. *Pain*. 2002. № 97 (1-2). P. 23–31.
24. Волошин В.М. Посттравматическое стрессовое расстройство. Феноменология, клиника, систематика, динамика и современные подходы к психотерапии. Москва: Анахарсис, 2005. 200 с.
25. Ostelo R.W., Van Tulder M.W., Vlaeyan J.W. et al. Behavioral treatment for chronic low back pain (review). *The Cochrane Library*. 2005. № 4. P. 1–25.
26. Андреев И.Л., Березанцев А.Ю. Взаимосвязь психического и соматического здоровья человека. *Человек*. 2010. № 2. С. 135–142.
27. Андреев И.Л., Назарова Л.Н. Психиатрия как предмет образования и просвещения. *Вопр. философии*. 2011. № 10.
28. Психические расстройства в клинической практике / под ред. А.Б. Смулевича. Москва : МЕД-пресс, 2011. С. 13.
29. Смулевич А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях. Москва, 2003.
30. Смулевич А.Б. Депрессии в общей медицине. Москва : Медицинское информационное агентство, 2001. 782 с.
31. Смулевич А.Б. Психические расстройства в клинической практике. Москва : МЕД-пресс информ, 2011. 720 с.
32. Смулевич А.Б., Иванов С.В., Самушия М.А. К проблеме биполярных аффективных расстройств, заимствующих ритм соматического заболевания. *Психические расстройства в общей медицине*. 2012. № (2). С. 4–11.
33. Палеев Н.Р., Краснов В.Н. Взаимосвязь психосоматики и соматопсихиатрии в современной медицине. *Клиническая медицина*. 2009. № 87 (12). С. 4–7.
34. Хронический стресс и депрессия у больных ревматоидным артритом / А.Е. Зелтынь и др. *Социальная и клиническая психиатрия*. 2009. № 19 (2). С. 69–75.
35. Cross-Disorder Group of the Psychiatric Genomics Consortium. Identification of risk loci with shared effects on five major psychiatric disorders: a genome-wide analysis. *Lancet*. 2013. № 381 (9875). С. 1371–1379.
36. Краснов В.Н. Проблема современной диагностики депрессий. *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова*. 2012. № 11 (2). С. 3–10.
37. Hoffman B.M., Chatkoff D.K., Papas R.K. et al. Meta-analysis of psychological interventions for chronic low back pain. *Health Psychol*. 2007. № 26. С. 1–9.
38. Вознесенская Т.Г. Хроническая боль и депрессия. *Фарматека*. 2008. № 6 (160). С. 10.
39. Краснов В.Н. Психоорганический синдром как проблема нейропсихиатрии. *Доктор.Ру*. 2011. № 4 (63). С. 34–42.
40. Guzman J., Esmail R., Karjalainen K. et al. Multidisciplinary bio-psycho-social rehabilitation for chronic low back pain. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2001. № 1.
41. Воробьева О.В. Возможности антидепрессантов в лечении хронической боли. *Фарматека*. 2007. № 12 (146). С. 92–97.
42. Осипова В.В. Мигрень: кликопсихологический анализ, качество жизни, коморбидность, терапевтические подходы : дисс. ... докт. мед. наук. Москва, 2003.
43. Газарова Е. Психология телесности. Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2002. С. 74–85.
44. Сергеева Л.С. Телесно-ориентированная психотерапия : хрестоматия. Санкт-Петербург : РОФ «Практическая психотерапия», 2000. С. 255–264.
45. Смулевич А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях. Москва, 2003.
46. Kandel E.R. Биология и будущее психоанализа: новый взгляд на концептуальную базу для психиатрии. *Обзор современной психиатрии*. 2000. Вып. 6. С. 6.
47. Ковалев С.В. Основы нейротрансформинга или психотехнологии управления реальностью. Москва : Профит Стайл, 2012. 224 с.
48. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. Санкт-Петербург : Речь, 2002.
49. Gatchel R.J., Rollings K.H. Evidenceinformed management of chronic low back pain with cognitive-behavioral therapy. *Spine J*. 2008. № 8. P. 40–44.
50. Бек Д.С. Когнитивная терапия: полное руководство. Москва : ООО «И.Д. Вильямс», 2006.
51. Голубев В.Л., Данилов А.Б., Вейн А.М. Психосоциальные факторы, гендер и боль. *Журнал неврологии и психиатрии*. 2004. Т. 104 (11). С. 70–73.
52. Смулевич А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях. Москва, 2003.
53. Годзенко А.А., Бадокин В.В. Локальная терапия миофасциального болевого синдрома. *РМЖ. Ревматология*. 2007. № 26. С. 1998–2003.
54. Дадашева М.Н., Агафонов Б.В., Шевцова Н.Н. Алгоритм терапии миофасциального болевого синдрома. *Трудный пациент*. 2013. № 11. С. 47–50.
55. Психиатрические, психологические и неврологические характеристики больных с хроническими болями в спине / Ю.А. Александровский, Н.Н. Яхно, А.С. Аведисова и др. *Журн неврол и психиатр*. 2002. № 103 (4). С. 26–31.
56. Field B.J., Swarm R.A. Chronic pain (Advances in psychotherapy – evidence-based practice). Hogrefe, 2008.
57. Осипова В.В. Мигрень: кликопсихологический анализ, качество жизни, коморбидность,

терапевтические подходы : дисс. ... докт. мед. наук. Москва, 2003.

58. Парфенов В.А., Иванова М.А. Ведение пациентов с болью в спине врачами общей практики. *Медицинский совет*. 2018. № 1. С. 112–117.

59. Вознесенская Т.Г. Хроническая боль и депрессия. *Фарматека*. 2008. № 6 (160). С. 10–15.

60. Подчуфарова Е.В., Яхно Н.Н. Боль в спине. Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2010. 368 с.

61. Dionne C.E., Von Korff M., Deyo R.A. et al. Formal education and back pain: a review. *J Epidemiol Com Health*. 2001. № 55. P. 455–68.

62. Мухін В.М. Фізична реабілітація. Розділ 6 : Фізична реабілітація при больовому синдрому при вадах постави. Москва, 2015. С. 387.

63. Вертеброгенні больові синдроми попереково-крижового відділу хребта та їх лікування із застосуванням вітамінів групи В / С.М. Віничук, І.І. Бедрій, П.П. Уніч та ін. *Український медичний часопис*. 2007. № 6 (62).

64. Азарова Е.К., Балякин С.А., Манихин В.В. Краниальная мануальная терапия в восстановительном лечении больных с последствиями закрытой черепно-мозговой травмы. *Бюллетень МПОМТ*. 2001. № 3. С. 34–35.

65. Батов А.Г. Оценка эффективности применения краниосакральных техник мануальной терапии в лечении больных с закрытыми черепно-мозговыми травмами. *Мануальная терапия*. 2009. № 4 (36). С. 21–26.

66. Мохов Д.Е., Новосельцев С.В., Мирошниченко Д.Б. Остеопатия. Структуральный раздел. Артикуляционные техники. Санкт-Петербург : МАПО, 2010. 36 с.

67. Магун Г.И. Остеопатия в краниальной области. Санкт-Петербург : Меридиан-С, 2010. 336 с.

68. Животов В.А., Радченко О.А. Способ восстановления и оздоровления пациента с использованием балансировки мышечно-фасциально-висцеральных цепей подходом через основание черепа. Патент на изобретение С12611908RU. Москва, 2015. 17 с.

69. Franke H. et al. Osteopathic manipulative treatment for low back and pelvic girdle pain during and after pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *J. Bodyw. Mov. Ther.* 2017. № 21 (4). P. 752–62.

70. Новосельцев С.В. Введение в остеопатию. Мягкотканые и артикуляционные техники : практическое руководство для врачей. Санкт-Петербург : Фолиант, 2005. 252 с.

71. Торстон Л. Практика краниосакральной остеопатии. Санкт-Петербург : Меридиан-С, 2008. 509 с.

72. Хебген Э. Висцеральная остеопатия. Принципы и техники / Э. Хебген. Москва : Эксмо, 2013. 240 с.

73. Vitoula K., Venneri A., Varrassi G., et al. Behavioral therapy approaches for the management of low back pain: An up-to-date systematic review. *Pain Ther.* 2018. № 7 (1). P. 1–12.

74. Подчуфарова Е.В. Значение скелетно-мышечных расстройств и психологических факторов в развитии хронических болевых синдромов пояснично-крестцовой локализации : дисс. ... канд. мед. наук. Москва, 2002. 182 с.

75. Kamper S.J., Apeldoorn A.T., Chiarotto A., et al. Multidisciplinary biopsychosocial rehabilitation for chronic low back pain: Cochrane systematic review and meta-analysis. *BMJ*. 2015. № 350. P. 444.

76. Михайлов Б.В. Проблема оценки эффективности и качества оказания психотерапевтической помощи. *Український вісник психоневрології*. 2010. Том 18. Вип. 3 (64). С. 137–138.

77. Valet M., Sprenger T., Boecker H. et al. Distraction modulates connectivity of the cingulo-frontal cortex and the midbrain during pain – an fMRI analysis. *Pain*. 2004. № 109. P. 399–408.

78. Григорьева В.Н., Тхостов А.Ш. Психологическая помощь в неврологии. Н. Новгород : Изд-во НГМА, 2009.

79. Пушко Є.І. Основні техніки з використанням уяви в когнітивно-поведінковій психотерапії. *Психологічні координати розвитку особистості: реалії і перспективи* : матеріали V Міжнар. наук.-практ. онлайнконф. (м. Полтава, 27–28 квітня 2020 р.). Полтава, 2020. С. 137–140.

80. Gatchel R.J., Rollings K.H. Evidenceinformed management of chronic low back pain with cognitive-behavioral therapy. *Spine J*. 2008. № 8. P. 40–44.

81. Абрамов В.В. Уявлення про психологічне благополуччя у третій хвилі когнітивно-поведінкової терапії. *Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я* : матеріали п'ятої Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Донецьк, 18 листопада 2020 р.). Донецьк, 2020. С. 7–10.

82. Hoffman V.M., Chatkoff D.K., Papas R.K. et al. Meta-analysis of psychological interventions for chronic low back pain. *Health Psychol.* 2007. № 26. P. 1–9.

83. Ostelo R.W., Van Tulder M.W., Vlaeyan J.W. et al. Behavioral treatment for chronic low back pain (review). *The Cochrane Library*. 2005. № 4. P. 1–25.

84. Гуревич П.С. От З. Фрейда к М. Кляйн. *Психология и психотехника*. 2013. № 2. С. 111–114.

85. Гуревич П.С. Психоданализ как терапия. *Психология и психотехника*. 2011. № 12. С. 4–5.

86. Александр Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение / пер. с англ. Москва : ЭКСМО-Пресс, 2002.

87. Михайлов Б.В., Чугунов В.В., Добровольська О.С. Проблеми клініки, діагностики та психотерапії соматоформних розладів в амбулаторно-поліклінічній практиці за умов індустріального центру (методологія, клініка, епідеміологія та диференційна діагностика). *Укр. вісн. психоневрології*. 2004. Т. 12. Вип. 1. С. 33–39.

88. Kandel E.R. Биология и будущее психоанализа: новый взгляд на концептуальную базу для психиатрии. *Обзор современной психиатрии*. 2000. Вип. 6. С. 6.

89. Михайлов Б.В. Проблема оценки эффективности и качества оказания психотерапевтической помощи. *Український вісник психоневрології*. 2010. Том 18. Вип. 3 (64). С. 137–138.

90. Марута Н.О. Стан психічного здоров'я населення та психіатричної допомоги в Україні. *Нейро News психоневрологія і нейропсихіатрія*. 2010. № 5 (24). С. 83–90.

91. Йоргенсен С. Структура характера и шоковая травма. *Бюллетень ассоциации телесно-ориентированных психотерапевтов*. 2005. № 7. С. 84–95.
92. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика : новейший. Москва : Эксмо ; Санкт-Петербург : Сова, 2003. 928 с.
93. Мищенко Н. Тревожные расстройства: прерогатива терапевтов или психиатров? *Здоров'я України*. 2006. № 13–14 (146–147). С. 1–3 .
94. Палеев НР, Краснов ВН. Взаимосвязь психосоматики и соматопсихиатрии в современной медицине. *Клиническая медицина*. 2009. № 87 (12). С. 4–7.
95. Андреев И.Л., Березанцев А.Ю. Взаимосвязь психического и соматического здоровья человека. *Человек*. 2010. № 2. С. 135–142.
96. Марута Н.О. Стан психічного здоров'я населення та психіатричної допомоги в Україні. *Нейро News психоневрология и нейропсихиатрия*. 2010. № 5 (24). С. 83–90.
97. Христук О.Л. Сучасні виміри психологічної практики: майндфулнес-підхід. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «Психологія»*. Львів, 2018. Вип. 1. С. 153–161.
98. Швець І. Психоданаліз в Україні. *Психоданаліз*. 2003. № 1. С. 158.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОМПОНЕНТ ГЕСТАЦІЙНОЇ ДОМІНАНТИ В ЖІНОК ІЗ ЗАПЛАНОВАНОЮ І НЕЗАПЛАНОВАНОЮ ВАГІТНІСТЮ

PSYCHOLOGICAL COMPONENT OF GESTATION DOMINANT IN WOMEN WITH PLANNED AND UNPLANNED PREGNANCY

На думку більшості вчених, одним із детермінуючих факторів, що впливають на розвиток кожної людини, є період внутрішньоутробного розвитку. За результатами багаторічних досліджень, встановлено, що психоемоційний стан майбутньої матері під час вагітності закономірно впливає на перебіг вагітності й пологів, на внутрішньоутробний розвиток дитини та, як наслідок, на її особистість у дорослому віці. Неодноразово доведено, що в спокійних матерів народжувалися й росли емоційно більш стабільні діти, ніж у жінок, які в період вагітності були схильні до стресів.

Не можна не звернути увагу на дані статистики: кількість абортів в Україні на період 2020 року становить 61048, найбільша кількість – у молодих жінок 20–34 років. Аналогічні показники спостерігаються також у випадках передчасних пологів, порушень пологової діяльності, а також народження хворих і недоношених дітей.

Виникає закономірне питання: наскільки добре розвинена система надання психологічної допомоги вагітним жінкам? Наскільки ретельно проводиться психологічна діагностика емоційного стану, визначення бажаної або небажаної вагітності, а також психологічний супровід жінок на різних термінах вагітності.

Вивчення психологічного стану жінок під час виношування дитини дає змогу припустити, що у вагітності є власна, властива їй динаміка загострення й ослаблення наявних у жінки проблем і різних психоемоційних аспектів сприйняття свого стану та відповідної поведінки. Особливо характерним аспектом загострення всієї наявної особистісної, психоемоційної та соціальної проблематики є незапланована вагітність

Дослідження особливостей психологічного компонента гестаційної домінанти в жінок із запланованою та незапланованою вагітністю допоможе знайти дієві шляхи і стратегії щодо запобігання виникненню складних психологічних ситуацій, що в результаті зможе призвести до зниження кількості абортів, ускладнень у перебігу вагітності й пологів (як фізіологічних, так і психологічних), а також сприятиме народженню здорових дітей.

Ключові слова: запланована й незапланована вагітність, психологічний компонент

гестаційної домінанти, акушерство й гінекологія, клінічна психологія, спостереження вагітності.

According to most scientists, one of the determining factors influencing the development of each person is the period of fetal development. According to the results of many years of research, it has been established that the psycho-emotional state of the future mother during pregnancy naturally affects the course of pregnancy and childbirth, the fetal development of the child and, as a consequence, his personality in adulthood. It has been repeatedly proven that calm mothers gave birth to and grew emotionally more stable children than women who were prone to stress during pregnancy.

We can not ignore the statistics – the number of abortions in Ukraine in 2020 is 61048, the largest number – among young women 20–34 years. Similar indicators are observed in cases of premature birth, birth defects, as well as the birth of sick and premature babies.

A natural question arises: how well developed is the system of providing psychological assistance to pregnant women? How carefully is the psychological diagnosis of emotional state, determination of desirable or undesirable pregnancy, as well as psychological support of women at different stages of pregnancy.

The study of psychological state of women during childbirth suggests that pregnancy has its own, inherent dynamics of exacerbation and weakening of existing problems in women and various psycho-emotional aspects of perception of their condition and behavior. A particularly characteristic aspect of the exacerbation of all existing personal, psycho-emotional and social issues is unplanned pregnancy

Exploring the psychological component of gestational dominance in women with planned and unplanned pregnancies will help find effective ways and strategies to prevent complex psychological situations, which in turn can lead to a reduction in abortions, complications during pregnancy and childbirth (both physiological and psychological), as well as promote the birth of healthy children.

Key words: planned and unplanned pregnancy, psychological component of gestational dominance, obstetrics and gynecology, clinical psychology, pregnancy observation.

УДК 159.9.072:[618.2:613.888.15]-055.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.24>

Молотокас А.А.

доктор філософії в галузі психології,
асистент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Діденко С.В.

к.мед.н.,
доцент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Вступ. Вагітність – складний і психологічно багатогранний стан жінки. Важливість і значимість цього періоду у формуванні повноцінних відносин у системі мати – дитина важко переоцінити. Науковці виділяють низку компонентів, що характеризують особистісну сферу жінок у зв'язку з народженням дитини: зміна соціального статусу; набуття нової соціальної ролі; зміни в суспільному житті жінки (перерва чи відмова від кар'єри, тимчасова неприцездатність, зниження рівня матері-

ального забезпечення); соціальні установки; модель батьківської сім'ї самої жінки; конкретно-культурна модель переживання матір'ю ставлення до дитини й своїх функцій. Таким чином, емоційний фон вагітності визначають багато факторів: психологічні й особистісні особливості майбутньої матері, її взаємини з чоловіком і найближчим оточенням, а також уся історія існування емоційних зв'язків у батьківській сім'ї (особливо з матір'ю). Для кожної жінки вагітність сама по собі є неспецифічним

стресом, який по-різному проявляється залежно від особливостей особи вагітної жінки та може спровокувати виникнення особистісних проблем [3, с. 66].

У сучасній акушерській практиці велике значення приділяється таким аспектам у реалізації діяльності, як спостереження й оцінка фізичного стану жінок протягом усього періоду вагітності, успішне розродження, а також спостереження за породіллю й немовлям у післяпологовий період. Однак, на наш погляд, у процесі вирішення цих, поза всяким сумнівом, важливих завдань певною мірою знижується ступінь оцінки психоемоційного стану жінок у період усього терміну гестації [1, с. 33].

Аршавський, ґрунтуючись на вченні А.А. Ухтомського сформулював визначення терміна «гестаційна домінанта». Це поняття має на увазі забезпечення спрямованості всіх найважливіших реакцій організму вагітної на формування сприятливих умов для розвитку плоду, забезпечуючи таким чином народження здорової дитини.

У загальновідомій класифікації гестаційної домінанти прийнято виділяти два компоненти – фізіологічний і психологічний. Фізіологічний компонент визначається біологічними змінами, психологічний – психічними змінами. Так чи інакше лише за гармонійної взаємодії двох компонентів можливе виношування, народження та виходжування здорової дитини. Психологічний компонент гестаційної домінанти (далі – ПКГД) розуміє під собою наявність безлічі механізмів психологічної саморегуляції, які спрямовані на забезпечення безпеки гестації та створення гармонійних умов розвитку дитини. При цьому також відбувається формування позитивного ставлення матері до вагітності, зміна в її поведінці, що забезпечує безпеку й гармонійне протікання гестації [8, с. 150].

І.В. Добряков під час своїх досліджень, проаналізувавши анамнестичні відомості, а також провівши безліч розмов із вагітними жінками, виділив п'ять основних типів психологічного компонента гестаційної домінанти: ейфоричний, тривожний, оптимальний, депресивний і гіпогестогнозичний. Розглянувши класифікацію типів психологічних компонентів гестаційної домінанти, ми можемо з упевненістю відзначити, що кожен із них має своєрідні складнощі в аспекті формування позитивного ставлення до вагітності й виховання дитини. При цьому велику роль відіграють і сімейні взаємини, характер вагітної, тип акцентуації, мотиви та потреби тощо. Поза всяким сумнівом, завдання фахівців своєчасно спостерігати й відзначати зміни в поведінці жінок, сприяти нормалізації їхнього стану, реалізації не тільки успішного перебігу вагітності й успішного розродження, а й адекватного сприйняття жінкою статусу «мама», прагнення дбати про малюка

та виховувати його як повноправну частину соціуму [5, с. 48].

Визначення типу ПКГД може суттєво допомогти розібратися в ситуації, за якої дитина була виношена й народжена, як складалися взаємини в сім'ї у зв'язку з її народженням, яким чином формувалася стиль сімейного виховання. Однак не можна не звернути увагу ще на один аспект становлення психологічного компоненту гестаційної домінанти – незаплановану вагітність, яка за певних обставин робить вагітність небажаною й такою, що потребує переривання.

До аспектів небажаної вагітності належать:

- абсолютна відсутність готовності, найголовніше, бажання в жінки стати матір'ю, будь-яка думка про вагітність і народження малюка викликає страх і тривогу;
- відсутність готовності до материнства на певному етапі життєвого шляху;
- небажання брати на себе відповідальність;
- сприйняття дитини як тягаря;
- страх перед значними змінами власного тіла;
- страх пологів, страх за своє життя, страх того, що дитина народиться з вадами [2, с. 107].

Оптимальний тип ПКГД характерний для вагітних, які без тривоги, але з необхідною відповідальністю ставляться до свого нового стану й готуються до прийняття нової соціальної ролі. І.В. Добряковим встановлено, що оптимальний тип психологічного компоненту гестаційної домінанти надалі сприятиме формуванню демократичного стилю виховання, що позитивним чином впливатиме на становлення та реалізацію особи дитини [6, с. 153].

Гіпогестогнозичний тип ПКГД передбачає слабо виражені знання про важливість правильної поведінки під час вагітності. Жінки в принципі не проти народження дитини, проте вони не готові будь-що змінювати у своєму житті, відмовлятися від звичок, що склалися. Дуже часто вагітність сприймається як небажаний факт. При цьому навіть якщо вагітність зберігається, як правило, спосіб життя не змінюється.

Під час аналізу робіт І.В. Добрякова доходимо висновку, що у сфері ставлення до дитини відзначаються такі характерні поведінкові риси: виховання малюка лягає на плечі бабусь і няні, при цьому сама мати виправдовує свою поведінку надмірною зайнятістю. У результаті формується стиль виховання і взаємин із дитиною, яка може виражатися в гіпопротекції, емоційному запереченні дитини, а також зниженні батьківських почуттів. У результаті дитина може зрости як егоїстом, так і асоціальною особистістю, не здатною до прояву емоцій [8, с. 147].

Ейфоричний тип ПКГД найчастіше характерний для жінок з істеричними рисами особистості. У низці випадків може характеризувати жінок, які протягом тривалого часу лікувалися від безпліддя. Характерною особливістю є прояв таких рис:

- вагітність стає оптимальним засобом маніпуляції – жінка намагається перебудувати стосунки з чоловіком і його родичами з метою придбання вигоди собі;

- з'являється можливість привернути увагу до себе, до свого становища. Жінка може зображати нездужання, перебільшувати актуальні проблеми.

Після народження дитини зберігаються риси «дитячої» поведінки: страх відповідальності, бажання підтримки з боку родичів. При цьому в низці випадків можуть спостерігатися ревності до дитини, якщо родичі приділяють малюку більше уваги, ніж породіллі. І надалі, на думку І.В. Добрякова, під час реалізації виховних аспектів відзначається деяке розширення батьківських почуттів щодо дитини, але може виникати потураюча гіперпротекція, що призводить до зниження самостійності дитини, порушення адаптації у соціумі [7, с. 281].

Тривожний тип ПКГД включає основну характерну рису – високий рівень тривожності, яка може вплинути на соматичний стан жінки під час вагітності. При цьому необхідно якомога раніше визначити причину тривоги. Причина тривоги може бути обґрунтованою, але в низці випадків причини можуть бути надуманими: без явного підґрунтя, при повному фізичному, сімейному, фінансовому благополуччі майбутню матір починають відвідувати необґрунтовані страхи. Згідно з ідеєю І.В. Добрякова, у цьому випадку формується стиль домінуючої гіперпротекції: високий ризик виховання дитини, яка буде не впевнена в собі, не самостійна, при цьому складно адаптована в суспільстві, унаслідок цього можуть розвинути різні психоемоційні порушення, самошкодjuвальна поведінка [4, с. 83].

Депресивний тип ПКГД проявляється насамперед різко зниженим фоном настрою у вагітних. У чомусь прояви схожі на компонент тривожного типу, проте в цьому випадку сильніші й складніше піддаються стабілізації: жінка, яка мріяла про дитину, може стверджувати, що тепер не хоче її, не вірить у свою здатність виносити та народити здорову дитину, боїться померти під час пологів. Відхилення в процесі сімейного виховання при цьому типі ПКГД аналогічні тим, що розвиваються при тривожному типі, але більш виражені. Зустрічаються також емоційне заперечення, жорстоке поводження. При цьому мати відчуває почуття провини, що посилює її стан. У такому випадку формується низька самооцінка, порушення поведінки в дитини, яка в результаті може призвести до девіантної поведінки [5, с. 47].

Ми можемо з упевненістю відзначити, що кожен із типів ПКГД має своєрідні складнощі в аспекті формування позитивного ставлення до вагітності й виховання дитини. Завдання фахівців – своєчасно спостерігати та відзначити зміни в поведінці жінок, сприяти нормалізації їхнього психологічного стану.

У дослідженні психологічного компонента гестаційної доміанти в жінок із запланованою та незапланованою вагітністю взяло участь 100 вагітних жінок, із яких 75 із запланованою вагітністю і 25 із незапланованою. Вік жінок – від 21 до 45 років. Використана методика «ТОБ» («Тест отношений беременной») І.В. Добрякова (тест взаємин вагітної), що дає змогу визначити тип психологічного компонента гестаційної доміанти у вагітної та прослідкувати, як ці показники взаємодіють із тими про очікування вагітності

Загальний розподіл типів психологічного компонента гестаційної доміанти серед вагітних жінок представлений на рис. 1.

Серед жінок, у яких вагітність була незапланована, більшість мають депресивний тип ПКГД (32%) (це ті, хто відзначає, що вагітність зруйнувала їхні плани, і не може виховати дитину, дати їй гідний рівень виховання й життя). Ще в 32% спостерігається гіпогестогнозичний тип, вони недостатньо усвідомлено підходять до вагітності та виношування дитини, сподіваючись на міцне здоров'я дитини або ж не приділяючи уваги забезпеченню умов для її спокійного розвитку, продовжуючи займатися активними справами, навчанням, роботою. У 20% жінок із незапланованою вагітністю виявлено оптимальний тип ПКГД, вони, хоча й не очікували вагітності, усе одно гарно сприйняли цю новину, докладають зусиль для дотримання здорового способу життя, забезпечення умов для повноцінного розвитку, позитивно сприймають себе як майбутню маму та гарно ставляться до ненародженої дитини.

На противагу цьому, ми можемо побачити, що в жінок, вагітність яких була запланованою, переважає тривожний тип ПКГД (34,7%). Це може говорити про більш відповідальне ставлення жінок до вагітності, що призводить до підвищення рівня тривоги про здоров'я дитини, можливості організму для виношування, острах про появу патології вагітності або екстрагенітальної патології. Можна припустити, що жінки із запланованою вагітністю могли заздалегідь до неї готуватися або така вагітність є довгоочікуваною для пари.

Висновки з проведеного дослідження. Характер ставлення до вагітності може з великою вірогідністю вплинути на її протікання, психологічний стан жінки та ставлення до материнства. Група жінок, вагітність яких буда неочікуваною, незапланованою, може бути віднесена до групи ризику появи тривожно-депресивних та інших дезадаптуючих розладів. Жінки цієї групи потребують ранньої допомоги психолога для

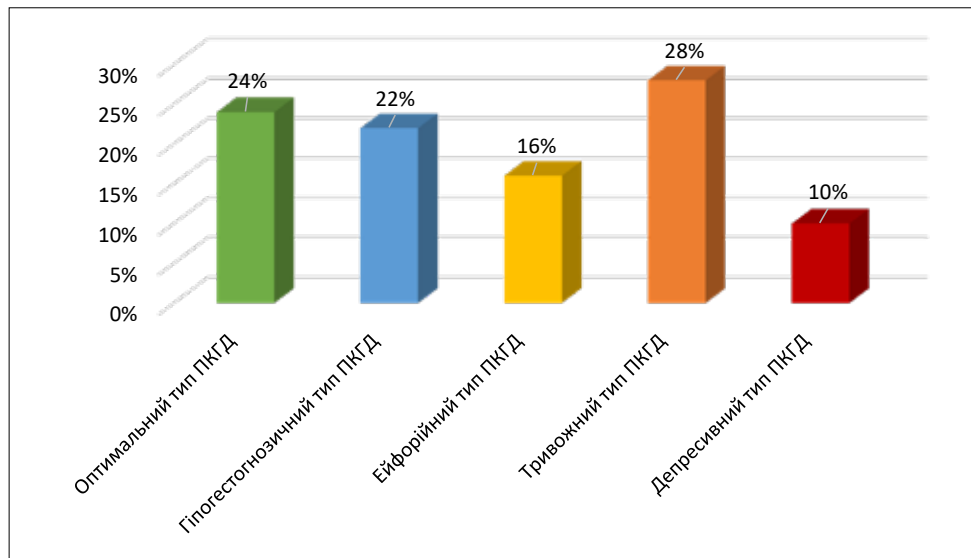


Рис. 1. Типи ПКГД вагітних жінок

Таблиця

Типи ПКГД вагітних жінок залежно від очікування вагітності

Типи ПКГД \ Вагітність	Оптимальний тип		Гіпогестогнічний тип		Ейфорійний тип		Тривожний тип		Депресивний тип	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Очікування вагітності										
Запланована (75 жінок)	19	25,3%	14	18,7%	14	18,7%	26	34,7%	2	2,7%
Незапланована вагітність (25 жінок)	5	20%	8	32%	2	8%	2	8%	8	32%

формування здорових механізмів саморегуляції, зниження особистісної та ситуативної тривожності, що сприятиме найбільш ефективній адаптації до ситуацій, пов'язаних із вагітністю й майбутніми пологами.

На нашу думку, первинна психологічна діагностика та виявлення характеру ставлення до вагітності повинні займати ключове місце під час постановки вагітної на облік. Дослідження показало, що психологічний компонент гестаційної домінанти, що виражається у ставленні самої жінки до своєї вагітності, ставленні жінки до себе як до матері та ставленні близького оточення до вагітної, доволі відрізняється в жінок із запланованою і незапланованою вагітністю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамченко В.В. О психологической готовности женщины к родам. *Готовность организма к родам*. Ленинград, 1976. С. 32–35.
2. Психологическая, социальная и материальная поддержка беременности и родов / В.В. Абрамченко, Р.С. Кабаев, Ф.Д. Чикобаева, Н.Т. Месхи, С.К. Мамедова. *Репродуктивное здоровье общества* : сборник науч. трудов членов Российской

ассоциации перинатальной психологии и медицины. Санкт-Петербург, 2006. С. 106–108.

3. Бацилева О.В., Астахов В.М., Пузь І.В. Дослідження психологічних аспектів готовності сучасної молоді до батьківства. *Психологічний журнал*. 2019. № 10. С. 64–83.

4. Брутман В.И., Варга А.Я., Хамитова И.Ю. Влияние семейных факторов на формирование девиантного поведения матери. *Психологический журнал*. 2000. Т. 21. № 2. С. 79–87.

5. Добряков И.В. Показатели тревоги и депрессии у беременных женщин при различных типах психологического компонента гестационной доминанты. *Вестник Российской военно-медицинской академии*. 2014. № 1 (45). С. 46–50.

6. Добряков К.В. Перинатальная психология. Санкт-Петербург : Питер, 2010. 272 с.

7. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учебное пособие для врачей и психологов. 2-е изд., испр. и доп. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 352 с.

8. Figueiredo B., Conde A. Anxiety and depression symptoms in women and men from early pregnancy to 3-months postpartum: Parity differences and effects/ School of Psychology, University of Minho, Portugal. *J Affect Disord*. 2011. № 132 (1–2). P. 146–157.

ОСОБЛИВОСТІ ПОЄДНАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ РАЦІОНАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ І РУХІВ ОЧЕЙ У ПРОЦЕСІ ПЕРЕРОБКИ І ТРАНСФОРМАЦІЇ ІРРАЦІОНАЛЬНИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ

SPECIFICITIES OF COMBINATION OF TECHNOLOGIES OF RATIONAL-EMOTIONAL BEHAVIORAL PSYCHOTHERAPY AND EYE MOVEMENT IN THE PROCESS OF PROCESSING AND TRANSFORMATION OF IRRATIONAL BELIEFS OF THE PERSONALITY

У процесі нашого дослідження було встановлено наступне. Першим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення суб'єктивного образу, що відбиває найбільш травматичну частину події. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ як виявлення «А». Другим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення негативного ставлення до себе. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як виявлення «В ірраціонального». Третім етапом стандартної процедури ДПРО є формулювання бажаного позитивного ставлення до себе. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як формулювання «В раціонального». Четвертим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня відповідності позитивного ставлення до себе. Із зазначеним етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як оцінка клієнтом ступеня відповідності «В раціональному». П'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є ідентифікація емоцій, що викликають занепокоєння. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такі елементи РЕПТ, як «А» і «Се». Шостим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня занепокоєння, що виникає під час стимулювання травматичних спогадів. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такі елементи РЕПТ, як оцінка клієнтом ступеня занепокоєння, «А» і «Се». Сьомим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення того, де саме в тілі клієнт відчуває фізичні відчуття під час актуалізації спогадів про травматичну ситуацію. З цим етапом ДПРО співвідносяться такі елементи РЕПТ, як «А» і «Сb». Восьмим етапом стандартної процедури ДПРО є десенсибілізація. На цьому етапі реалізуються процедури білатеральної стимуляції, а також когнітивного взаємопереплетіння, які забезпечують трансформацію «В ірраціонального» в «В раціональне». Дев'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є інсталяція позитивного уявлення про себе у процесі білатеральної стимуляції. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такі елементи РЕПТ, як «А» і «В раціональне», коли вихідний образ травматичної ситуації пов'язується зі змістом відповідного раціонального переконання в процесі його інсталяції. Десятим етапом стандартної процедури ДПРО є сканування тіла, коли клієнт аналізує тіло для пошуку будь-яких залишкових фізичних відчуттів. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такі елементи РЕПТ, як «А» і «В раціональне», коли тіло сканується під час утримання клієнтом у свідомості образу травматичної ситуації та змісту раніше інстальованого раціонального переконання.

Ключові слова: білатеральна стимуляція, прискорена переробка інформації, раціо-

нальні переконання, ірраціональні переконання, емоційний дистрес, когнітивне взаємопереплетіння.

In the course of our study, the following was found. The first step in the standard EMDR procedure is to identify the subjective image that reflects the most traumatic part of the event. With this stage of EMDR, we correlate such an element of REBT as the identification of "A". The second step in the standard EMDR procedure is to define a negative self-image. With this stage of EMDR, we correlate such an element of REBT as the identification of "B irrational". The third step in the standard EMDR procedure is to formulate the desired positive self-image. With this stage of EMDR, we correlate such an element of the REBT as the formulation of "B rational". The fourth step in the standard EMDR procedure is the client's assessment of the degree to which a positive self-image is consistent. We relate such an element of the REBT as the client's assessment of the degree of conformity of the "B rational" with the indicated stage of the EMDR. The fifth step in the standard EMDR procedure is identifying the emotions that are causing concern. With this stage of EMDR, we correlate such REBT elements as "A" in combination with "Ce". The sixth step in the standard EMDR procedure is the client's assessment of the degree of anxiety that occurs when the traumatic memory is stimulated. We correlate such REBT elements as the client's assessment of the degree of anxiety when combining "A" and "Ce" with this stage of EMDR. The seventh step in the standard EMDR procedure is to determine where in the client's body the physical sensations are experienced when recalling the traumatic situation. Such REBT elements as "A" in combination with "Cb" are related to this stage of EMDR. The eighth step in the standard EMDR procedure is desensitization. At this stage, bilateral stimulation procedures are implemented, as well as "cognitive intertwining", which ensure the transformation of "B irrational" into "B rational". The ninth step in the standard EMDR procedure is the installation of a positive self-image during bilateral stimulation. With this stage of EMDR we correlate such REBT elements as "A" in combination with "B rational", when the initial image of the traumatic situation is associated with the content of the corresponding rational belief in the process of its installation. The tenth step in the standard EMDR procedure is a body scan, where the client analyzes the body to look for any residual physical sensations. With this stage of EMDR we correlate such REBT elements as "A" in combination with "B rational", when the body is scanned while the client retains the image of the traumatic situation and the content of the previously installed rational belief in consciousness.

Key words: bilateral stimulation, accelerated information processing, rational beliefs, irrational beliefs, emotional distress, cognitive intertwining.

УДК 159.9.072.5
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.25>

Ніколаєнко С.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумський державний університет

Улунова Г.Є.

д.психол.н.,
доцент кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумський державний університет

Білатеральна стимуляція, тобто послідовна стимуляція за допомогою різних прийомів то однієї, то іншої півкулі мозку, відома з найдавніших часів. Зокрема, вона використовувалася в релігійно-містичних традиціях минулого, а потім Ф. Месмером, Дж. Брейдом, З. Фрейдом, Й. Брейером в рамках психотерапії. У сучасному вигляді технологія десенсибілізації і переробки білатеральними рухами очей (EMDR/ДПРО) на основі моделі прискореної переробки інформації була розроблена Ф. Шапіро.

Такі дослідники, як Дж. Прохазка і Дж. Нокроссу, вказують не тільки на значну схожість, але й на можливості поєднання ДПРО і когнітивно-поведінкової психотерапії. Вказана позиція орієнтує, зокрема, на пошук шляхів, прийомів і методів поєднання технологій десенсибілізації і переробки рухами очей (ДПРО) Ф. Шапіро та раціонально-емоційної поведінкової психотерапії (РЕПТ) А. Елліса в процесі трансформації ірраціональних переконань особистості.

Суттєвий внесок у дослідження технології десенсибілізації і переробки рухами очей (EMDR/ДПРО) зробили праці Ф. Шапіро, Д. Найпа, Н. Власова, В. Доморацького, С. Гіллгена, С. Гінгер, Б. Фoa, Т. Кін, Дж. Фрідмана та ін. У роботах вказаних авторів проаналізовано теоретичні основи методу ДПРО, співвідношення ДПРО та інших напрямів психотерапії, практичні аспекти застосування ДПРО. Е. Йон на основі теорії робочої пам'яті запропонував оригінальну модель EMDR 2.0. У рамках даного підходу показано, що надмірне навантаження робочої пам'яті під час переробки травматичної інформації дає кращий терапевтичний ефект, ніж її недостатня стимуляція.

Проблема раціонально-емоційної поведінкової терапії вивчалася в роботах А. Елліса, Р. Дігусеппа, К. Добсона, А. Ланджа, У. Драйдена, Р. Тафрейта, С. Уолена, Р. Уесслера та ін. У роботах даних авторів розглянута природа психологічних розладів, теорія терапевтичних змін, а також базова практика РЕПТ. При цьому А. Елліс і У. Драйден вказують на можливість поєднання РЕПТ і інших короткострокових методів психотерапії. Зокрема, А. Елліс наводить власний досвід використання гіпнозу в процесі РЕПТ [3].

Мета статті полягає у виявленні перспективних шляхів поєднання технологій стандартної процедури десенсибілізації і переробки рухами очей (ДПРО) Ф. Шапіро і раціонально-емоційної поведінкової психотерапії (РЕПТ) А. Елліса в процесі переробки і трансформації ірраціональних переконань особистості.

1. Розглянемо найбільш загальні положення, які стосуються технологій ДПРО Ф. Шапіро і РЕПТ А. Елліса.

З точки зору парадигми прискореної переробки інформації, яка була запропонована

Ф. Шапіро, патологічна структура відкладається в пам'яті індивіда під час травматичної події і корениться в формі статичної, недостатньо переробленої і засвоєної інформації, тому конфігурація патологічної структури зберігається в нервовій системі в дистресовій формі, яка зумовлена станом її збудження під час травматичної події.

Під час процедури ДПРО рухи очей або інші білатеральні стимули запускають інформаційно-переробну систему і відновлюють її рівновагу. З кожною новою серією рухів очей (або серією альтернативної білатеральної стимуляції) травматична інформація рухається до адаптивного позитивного вирішення. Травматичні спогади природним чином спрямовуються до адаптивної інформації, яка необхідна для їх позитивного вирішення [2].

ABC-модель раціонально-емоційної поведінкової психотерапії в найбільш узагальненому вигляді можна представити наступним чином. З одного боку, «А» позначає реальну подію, яка активує когнітивні та емоційні реакції. З іншого боку, «А» символізує також суб'єктивне відображення реальної активуючої події. У РЕПТ А. Елліса символом «В» позначаються раціональні або ірраціональні думки, переконання, установки клієнта щодо активуючої події. Символ «С» – це емоційні і поведінкові реакції, які зумовлені раціональними або ірраціональними думками, переконаннями, установками клієнта щодо активуючої події.

Раціонально-емоційна поведінкова теорія А. Елліса будується на таких принципах: 1) когнітивна сфера є важливим, хоча і не єдиним фактором, який визначає емоційний стан і поведінку людини; 2) ірраціональні думки, переконання, установки часто викликають порушення емоційного стану особистості; 3) у людей є схильність мислити ірраціонально і засмучувати себе. Така схильність може отримувати підкріплення з зовнішнього оточення; 4) люди самі затягують стан емоційного дистресу, якщо продовжують культивувати в собі ірраціональні думки, переконання, установки; 5) найкращим способом зменшити емоційний дистрес є трансформація ірраціональних думок, переконань, установок в раціональні шляхом наполегливого самостійного тренування або в ході інтерактивної дискусії з психотерапевтом; 6) засвоєння і реалізація раціональних думок, переконань, установок веде до зниження частоти, вираженості і тривалості емоційних розладів, але не притуплює переживання позитивних емоцій і почуттів [3].

2. Розглянемо технологічні аспекти поєднання методів стандартної процедури десенсибілізації і переробки рухами очей та раціонально-емоційної поведінкової психотерапії в процесі трансформації ірраціональних переконань особистості.

Стандартна процедура ДПРО-психотерапії пов'язана з організацією та проведенням кожного окремого сеансу терапії.

1. Першим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення образу, що відображає загалом найбільш травматичну частину події. Якщо клієнт не може визначити такий образ, йому пропонується просто думати про травматичну подію.

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як «А» (в аспекті суб'єктивного опису реальної події, яка активує когнітивно-емоційну сферу клієнта). Реальність, що сприймається, – це реальність у тому вигляді, в якому її описує клієнт або передбачає, якою вона має бути.

З позиції РЕПТ клієнти приходять на консультацію тому, що вони засмучені («Се») і вважають, що вони засмучені через якусь ситуацію («А»). Здебільшого пацієнтам буває неважко описати активуючу подію, вони часто готові витратити багато часу, щоб викласти психотерапевту всі деталі ситуації. Однак з'ясовувати деталі про «А» не потрібно, оскільки основна увага в даному виді терапії приділяється «В» (раціональним та ірраціональним думкам, віруванням, переконанням, настановам, інтерпретаціям).

У тому випадку, коли клієнт описує «А» плутано, неясно або не може взагалі нічого повідомити, психотерапевт може скористатися такими прийомами: 1) говорити мовою клієнта, коли він збирає відомості про його життя; 2) ставити клієнту навідні питання; 3) просити дати нові приклади; 4) уникати абстрактних розмов; 5) запропонувати клієнту вести щоденник; 6) цікавитися недавніми чи майбутніми змінами у житті тощо [3].

2. Другим етапом стандартної процедури ДПРО є виявлення негативного ставлення до себе, яке виражає основну самооцінку або переконання клієнта в даний час. Таке висловлювання має починатися з займенника «я» і включати слова, які виникають у свідомості клієнта одночасно з образом травматичної події.

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як «В ірраціональне». Зокрема, А. Елліс виділив такі основні категорії «В ірраціонального»:

- 1) мене повинні любити і підтримувати всі, хто мені небайдужий, а якщо ні, то це жахливо;
- 2) коли люди чинять погано чи нечесно, вони заслуговують на осуд і покарання. Вони погані чи огидні особистості;
- 3) це жахливо, коли справи йдуть не так, як я хотів би;
- 4) мені слід бути дуже настороженим щодо невизначених чи потенційно небезпечних подій;
- 5) я нічого не вартий, якщо я не дуже компетентний і не домагаюся успіхів постійно або принаймні майже весь час у головній діяльності;

6) повинно існувати ідеальне вирішення цієї проблеми; я маю бути впевнений у собі і маю повністю контролювати ситуацію. Потрібно знайти найкращий спосіб;

7) світ має бути чесним та справедливим;

8) у мене ніколи не повинно бути дискомфорту та болю. Навіщо мені ці неприємності? Це надто важко;

9) я можу збожеволіти і це було б нестерпно. Я більше не можу навіть спокійно думати;

10) краще уникати, ніж протистояти життєвим труднощам. Нічого не допоможе. Навіщо даремно напружуватися? Я зроблю все, щоб уникнути цього;

11) я потребую когось сильнішого, ніж я, щоб я міг на нього покластися;

12) емоційні переживання викликаються зовнішніми подіями, у мене мало можливостей керувати почуттями чи змінювати їх. Через це я почувуюся нікчемою;

13) минуле є причиною моїх сьогоднішніх проблем, тому що ті давні події сильно вплинули на мене і продовжують діяти.

3. Третім етапом стандартної процедури ДПРО є створення бажаного позитивного висловлювання про себе, яке включає внутрішню частину контролю. Позитивне висловлювання про себе дає можливість проявитися альтернативному, вільному від хворобливих самозвинувачень погляду на травматичну подію.

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як «В раціональне». Раціональні думки, переконання, установки несуть у собі зміст, у бік якого мають трансформуватися ірраціональні думки, переконання, установки у процесі ДПРО. При цьому зазначені вище категорії «В ірраціонального» співвідносяться з відповідними категоріями «В раціонального» попарно за таким принципом: «В ірраціональне» № 1 – «В раціональне» № 1; «В ірраціональне» № 2 – «В раціональне» № 2 тощо.

Слід відзначити, що А. Елліс виділив такі основні категорії «В раціонального»:

1) було б бажано і корисно поважати себе, отримувати схвалення оточуючих у конкретних справах і любити самому, а не сподіватися на любов оточуючих;

2) певні вчинки неправильні й антисоціальні. Ті, хто їх роблять, чинять так через дурість або через свою невротичність, але було б добре допомогти їм змінитися;

3) це погано, що справи часто йдуть не так, як хотілося б. І було б бажано змінити ситуацію, щоб справи пішли краще. Якщо змінити ситуацію неможливо, то краще тимчасово прийняти її такою, якою вона є;

4) краще зустріти небезпеку і нейтралізувати її, а коли вона станеться, то прийняти неминуче;

5) корисніше сприймати себе недосконалим створінням, яке піддається людським слабкостям та помилкам. Краще просто займатися своєю справою, ніж відчувати потребу досягати успіхів;

6) у нашому житті багато невизначеності, але, попри це, можна насолоджуватися життям;

7) Світ часто несправедливий, добрі люди іноді вмирають молодими. Краще прийняти цей факт і зосередитися на тому, як можна радіти життю, незважаючи на несправедливість;

8) рідко можна досягти чогось без дискомфорту. Я можу впоратися з дискомфортом, хоча такий стан мені не подобається;

9) емоційний дистрес, звісно, неприємний, але все ж таки з ним можна впоратися;

10) так званий легкий шлях, зрештою, завжди виявляється важчим;

11) краще діяти і думати незалежно, хоча в цьому є певний ризик;

12) емоційні переживання багато в чому визначаються нашим ставленням до подій. Людина набуває надійного контролю над негативними емоціями, якщо прагне змінити власні ненаукові помилкові погляди, які створюють емоційні проблеми;

13) ми можемо навчатися на власному досвіді і не ставати заручниками забобонів.

4. Четвертим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня відповідності позитивного ставлення до себе. При цьому 1 бал означає «повністю не відповідає (хибне)», а 7 балів – «повністю відповідає (справжнє)».

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як оцінка клієнтом ступеня відповідності «В раціональному». Питання має бути поставлене так: «А наскільки в даний момент часу за 7-бальною шкалою може бути оцінений зміст раціонального переконання, в напрямі якого буде трансформуватися ірраціональне переконання?». При цьому 1 бал означає, що «В раціональне» повністю не відповідає (хибне), а 7 балів означають, що «В раціональне» повністю відповідає (справжнє). Наявність оцінки від 0 до 4 балів є показником продовження процедури ДПРО.

5. П'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є ідентифікація емоцій, які викликають занепокоєння та які виникають у разі поєднання образу травматичної ситуації і негативного ставлення до себе.

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «А» (образ проблемної ситуації) в поєднанні з «Се» (конкретними негативними емоційними реакціями, коли клієнт уявляє собі травматичну або проблемну ситуацію).

6. Шостим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня занепокоєння,

що виникає під час стимулювання травматичного спогаду. При цьому 0 балів означає «спокій», а 10 балів – «найбільше занепокоєння».

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «А» (образ проблемної ситуації) у поєднанні з рівнем «Се» (рівень переживання негативних емоційних реакцій, коли клієнт уявляє собі проблемну ситуацію). При цьому 0 балів означає «спокій», а 10 балів – «найбільше занепокоєння».

7. Сьомим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення того, де саме в тілі локалізуються фізичні відчуття при актуалізації спогадів про травматичну ситуацію.

На нашу думку, з цим етапом ДПРО доречно співвідносити елемент РЕПТ «А» (образ проблемної ситуації) у поєднанні з «Сb» (тілесно-поведінковими реакціями, коли клієнт уявляє собі проблемну ситуацію).

8. Восьмим етапом стандартної процедури ДПРО є десенсибілізація як початок процесу очищення всіх асоціативних каналів пам'яті. Після завершення десенсибілізації занепокоєння має знизитися до 0 балів. Зазначимо, що техніка десенсибілізації у процесі рухів очей детально описується Ф. Шапіро у класичній роботі [2].

За Ф. Шапіро, переробку можна розглядати як перетворення дисфункціональної інформації шляхом встановлення її зв'язку з більш адаптивною і ресурсною інформацією у процесі рухів очей. Автор зазначає, що протягом більшої частини сеансів ДПРО адаптивна переробка інформації відбувається як спонтанне з'єднання відповідних нейромереж. Однак, коли переробка блокується, психотерапевт повинен використовувати когнітивне взаємопереплетіння (КВП) для штучного прокладання нового шляху, що зв'яже дисфункціональну та ресурсну нейромережі.

Коли клієнт визнає для себе саму можливість такої адаптивної перспективи, пов'язаної з новою ресурсною інформацією, психотерапевт починає проводити серії рухів очей для створення додаткового зв'язку (своєрідного мосту) між нейромережею, що містить дисфункціональний матеріал, та нейромережею, що містить ресурсний матеріал.

Розглянемо особливості проведення процедури когнітивного взаємопереплетіння (КВП) у процесі трансформації ірраціональних переконань в раціональні переконання та зниження рівня занепокоєння клієнта.

С. Уолен, Р. Дігусепп, Р. Уеслер відзначають, що кожне ірраціональне переконання може в принципі включати в себе від одного до чотирьох ключових елементів: 1) вираз «повинен», який відображає думку клієнта, що існує кілька універсальних ситуацій, коли сама людина, інша людина чи світ «повинні»; 2) вираз «жахливо», який відображає думку

клієнта, що існують катастрофічні та нестерпні ситуації; 3) вираз «потребувати», який відображає думку клієнта, що людина «повинна мати» щось, щоб жити або бути щасливою; 4) «оцінка людської цінності», яка відображає думку клієнта, що людям можна давати рейтинг за його суб'єктивними критеріями [1].

Наприклад, розглянемо ірраціональне вірування № 1: «Мене повинні любити і підтримувати всі, хто мені небадужий, а якщо ні, це жахливо». Це вірування містить усі чотири із зазначених вище ключових елементів: 1) оточуючі повинні мене любити; 2) це жахливо, коли мене не люблять; 3) мені потрібна любов і пристрасть, щоб існувати чи бути щасливим; 4) я нікчемна людина, якщо мене не люблять.

Згідно з нашим досвідом основна техніка переробки та трансформації ірраціональних переконань на етапі десенсибілізації полягає у наступному. У процесі рухів очей стосовно кожного з ключових елементів у структурі ірраціонального переконання (а їх може бути, як показано вище, від одного до чотирьох елементів в одному переконанні) необхідно задіяти специфічний набір засобів КВП (когнітивного взаємопереплетіння), які у процесі рухів очей стають своєрідним мостом та зв'язуються, переплітаються як з дисфункціональними ірраціональними переконаннями, так і ресурсними раціональними переконаннями. У своїй практиці ми вводимо когніції для КВП у паузах між серіями рухів очей, а потім повторюємо в процесі рухів очей.

У роботі С. Уолена, Р. Дігусеппа, Р. Уеслера (Глава 7 «Дискусія: окремі рекомендації») міститься досить широкий вибір потенційних когніцій для проведення КВП з кожним із ключових елементів у структурі ірраціонального переконання [1]. Однак у форматі статті ми наведемо зміст лише деяких когніцій для проведення КВП із зазначеними вище ключовими елементами.

Розглянемо деякі когніції, які можна використовувати в процесі КВП під час роботи з таким ключовим елементом «В ірраціонального», як «повинен» («я повинен», «він повинен», «світ повинен»).

Переробка переконання «повинен»:

– попри те, що більшість релігій виступає за дотримання моральних принципів та норм, вони також визнають право особи на свій власний вибір;

– різні норми та закони створені людьми, тому з того, що бажано дотримуватися законів поведінки, логічно не витікає, що ми зобов'язані їх дотримуватись;

– будь-яка людина може вирішити не робити те, що дуже бажано в усіх відношеннях. При цьому раціонально мисляча людина навіть десять біблійних заповідей оцінює як відносні вимоги, а не абсолютні;

– майже завжди люди роблять щось після ухвалення відповідного рішення. Хоча такі слова, як «повинен», «зобов'язаний», «необхідно» створюють ілюзію, що нас хтось ззовні змушує щось зробити, але насправді ми це робимо після свого власного рішення. Однак це відкриває шлях для перегляду своїх рішень;

– який закон говорить, що це «має» бути? Поясніть мені, чому він повинен? Як Ваше бажання доводить, що воно «має» бути виконане?

Переробка переконання «я повинен»:

– Ви не мали так невдало діяти? Добре, але чому Ви повинні були досягти успіху? Бажано було б досягти успіху, але немає жодних доказів, що Ви зобов'язані досягти успіху, адже у всесвіті немає такого закону, який би стверджував, що Ви повинні це робити;

– Ви робите щось неправильно і кажете собі, що маєте відчувати почуття провини. Люди помиляються і не кажуть собі, що мають відчувати почуття провини. Але чому саме Ви повинні відчувати провини, коли помиляєтеся?

Переробка переконання «навколишні люди повинні»:

– люди, що оточують нас, мають свободу вибору, тому у нас немає можливості завжди керувати ними на свій розсуд;

– спроби керувати поведінкою оточуючих з урахуванням принципу «ви мені повинні» часто мають небажані для нас наслідки, оскільки виникає опір із боку оточуючих;

– якщо довго наполягати, щоб оточуючі чинили так, як нам хотілося б, то це негативно позначиться на нашому емоційному стані.

Переробка переконання «світ повинен».

– погодьтеся, що якщо безглуздо вимагати повного контролю над погодою, то так само безглуздо вимагати і повного контролю над іншими об'єктами навколишнього світу;

– добре, що Ви вмієте певною мірою керувати собою. Однак Ваша помилка полягає в тому, що Ви наполягаєте на повному контролі над навколишньою об'єктивною ситуацією. Це схоже на спробу керувати погодою, Ви згодні?

Розглянемо особливості КВП під час роботи з таким ключовим елементом ірраціонального переконання, як «це жахливо»:

– можна переконати пацієнта, що Х не є жахливим за допомогою порівняння: «Чи можете Ви уявити щось гірше за Х?» або «Якщо це так нестерпно, наклали б Ви на себе руки через це?»;

– давайте складемо шкалу жахливих подій з поділками від 0 до 100. При цьому 100 балів – це буде найгірше з того, що тільки можна собі уявити. Як би за цією шкалою оцінили свою проблему? Цілком можливо, що наявність складнощів на роботі клієнта буде оцінена за цією шкалою всього в 20–30 балів.

Розглянемо особливості КВП під час роботи з таким ключовим елементом ірраціонального переконання, як «я цього потребую»:

– потреба – це те, без чого нам не можна жити, а бажання – це те, що нам хочеться. Якщо ти хочеш мати новий велосипед, то це не означає, що ти потребуєш його. Ти б не помер без велосипеда, чи не так?

– ми познайомилися з бажаннями та потребами. Що станеться, якщо ти скажеш собі: «Я відчуваю потребу, щоб така співробітниця допомагала мені в проєкті. Мені потрібно, щоб я сподобався їй». Як ти почуватимешся, якщо ти їй не сподобаєшся?

Розглянемо особливості КВП під час роботи з таким ключовим елементом ІВ, як «оцінка людської цінності»:

– Ви назвали себе нікчемою? Але мені здається, що Ви погано розумієтеся на виразах. Ви нависили собі ярлик, який означає, що не у Ваших вчинках, а у самій Вашій істоті є щось відразливе. Ви дали собі визначення огидної людини. Якби це було правдою, то Ви мали б завжди і протягом усього життя робити лише огидні вчинки. Це було б Вашою долею. Чи не здається Вам, що Ви перебільшуєте?

– Я зараз скажу щось дивовижне для Вас. Ви не є чудовою, обдарованою, інтелігентною людиною, але Ви й не є моторошною, жакливою, дурною, безвідповідальною чи поганою людиною. Істина знаходиться між двома цими крайнощами;

– Ви людина і належите до людського роду. А бути людиною означає мати свої сильні та слабкі сторони. Ви можете бути дуже розумним, але ви не застраховані від помилок, тому що людині властиво помилятися;

– «Ну і що?» – це дуже корисна фраза, запам'ятайте її і наступного тижня промовте її собі 100 разів. Ця фраза означає, що щось може бути важливим, але не є питанням життя і смерті.

9. Дев'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є інсталяція позитивного ставлення до себе у процесі рухів очей. При цьому рівень відповідності повинен досягти 7 балів.

З даним етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «А» у поєднанні з «В раціональним» (образ проблемної ситуації поєднується зі змістом відповідного раціонального переконання в процесі його інсталяції до досягнення відповідності рівню «В раціонального» в 7 балів).

10. Десятим етапом стандартної процедури ДПРО є сканування тіла, коли клієнт аналізує власне тіло для пошуку будь-яких залишкових фізичних напружень, блоків. При цьому у свідомості клієнт утримує образ травматичної події та раніше інстальоване позитивне ставлення до себе.

З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «А» в поєднанні з «В раціональним». Це означає, що тіло сканується при одночасному утриманні клієнтом у свідомості образу проблемної ситуації та змісту інстальованого раціонального переконання.

Підсумовуючи результати проведеного дослідження, доходимо таких висновків. Мета статті полягала у виявленні перспективних шляхів поєднання технологій стандартної процедури десенсибілізації та переробки рухами очей (ДПРО) Ф. Шапіро й раціонально-емоційної поведінкової терапії (РЕПТ) А. Елліса у процесі переробки та трансформації ірраціональних переконань особистості.

Першим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення образу, що відбиває загалом найбільш травматичну частину події. З зазначеним етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як «А» (опис травматичної ситуації).

Другим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення негативного ставлення до себе. Із зазначеним етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як виявлення «В ірраціонального».

Третім етапом стандартної процедури ДПРО є створення бажаного позитивного висловлювання про себе. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як формулювання «В раціонального».

Четвертим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня відповідності позитивного ставлення до себе. Із зазначеним етапом ДПРО ми співвідносимо такий елемент РЕПТ, як оцінка клієнтом ступеня відповідності «В раціональному».

П'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є ідентифікація емоцій, що викликають занепокоєння. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «А» (образ травматичної ситуації) у поєднанні з «Се» (конкретними негативними емоційними реакціями, коли клієнт уявляє собі травматичну ситуацію).

Шостим етапом стандартної процедури ДПРО є оцінка клієнтом ступеня занепокоєння, що виникає при стимулюванні травматичних спогадів. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елемент РЕПТ «оцінка клієнтом ступеня занепокоєння» у поєднанні з «А» (образом травматичної ситуації) та рівнем «Се» (рівнем переживання негативних емоційних реакцій, коли клієнт уявляє собі травматичну ситуацію).

Сьомим етапом стандартної процедури ДПРО є визначення того, де саме в тілі локалізуються фізичні відчуття при актуалізації спогадів про травматичну ситуацію. З цим етапом ДПРО співвідноситься елементи РЕПТ «А» (образ травматичної ситуації) у поєднанні з «Сb» (біхевіоріальними реакціями, коли клієнт уявляє собі травматичну ситуацію).

Восьмим етапом стандартної процедури ДПРО є десенсибілізація. На цьому етапі ДПРО реалізуються процедури білатеральної стимуляції, а також «когнітивного взаємопереплетіння», які забезпечують трансформацію «В ірраціонального» в «В раціональне».

Дев'ятим етапом стандартної процедури ДПРО є інсталяція позитивного ставлення до себе у процесі білатеральної стимуляції. З цим етапом ДПРО ми співвідносимо елементи РЕПТ «А» в поєднанні з «В раціональним», коли вихідний образ травматичної ситуації пов'язується зі змістом відповідного раціонального переконання в процесі його інсталяції.

Десятим етапом стандартної процедури ДПРО є сканування тіла, коли клієнт аналізує тіло для пошуку будь-яких залишків фізичної напруги, блоків. З цим етапом ДПРО ми спів-

відносимо елемент РЕПТ «А» в поєднанні з «В раціональним», коли тіло сканується під час утримання клієнтом у свідомості образу травматичної ситуації та змісту раніше інстальованого раціонального переконання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Уоллен С., Дигусепп Р., Уэсслер Р. Рационально-эмотивная психотерапия: когнитивно-бихевиориальный подход. URL: <http://old.nkozlov.ru/library/psychology/d4441/#.YaEWd9BBzIU>.
2. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: основные принципы, протоколы и процедуры : монография. Москва : Независимая фирма «Класс», 1998. 496 с.
3. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии : 2-е изд. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 352 с.

ПЕДОЛОГІЯ ЯК МЕТОДОЛОГІЧНА ОСНОВА ПСИХОЛОГІЇ ВІКОВОГО КРИЗОВОГО РОЗВИТКУ (ДО 125-РІЧЧЯ З ДНЯ НАРОДЖЕННЯ Л.С. ВИГОТСЬКОГО)

PEDODOLOGY AS THE METHODOLOGICAL BASIS OF THE PSYCHOLOGY OF AGE CRISIS DEVELOPMENT (TO THE 125 TH BIRTHDAY ANNIVERSARY OF L.S. VYHOTS'KY)

У статті здійснено критичний аналіз педологічних здобутків початку ХХ ст. для пошуку методологічних положень, які передбачають пошук об'єктивних параметрів вікових кризових нормативних стадій у життєвому шляху людини. Показано еволюцію педологічного знання (від розквіту – до занепаду), спрямованого на пізнання дитячого розвитку, потім – можливість його трансформування на старші вікові періоди. Особливо продемонстровано екстремальні соціально-економічні, політичні події початку ХХ ст. як детермінанти ідеологічної концепції. Відзначено знакові наукові досягнення радянської педології, які дотепер є актуальними: базові смисли принципу історизму (сталість вікових стадій), принцип природовідповідності (дискретність, фазовість, циклічність), психологічний зміст понять «внутрішня логіка розвитку», «симптомокомплекс», «переживання». На основі педологічних досягнень про віковий розвиток людини актуалізується проблема розмежування змісту понять «вікова періодизація» і «вікова класифікація» (визначено найбільш розповсюджену типологію вікових періодизацій). Наведено інформаційні фрагменти концептуальної парадигми про віковий кризовий розвиток людини. Доведено: 1) кожна вікова нормативна криза є об'єктивною закономірністю в розвитку, має власний структурований симптомокомплекс переживань, 2) симптоматика криз молодших вікових періодів потенційно трансформується в симптоматиці старших вікових періодів, 3) функціональну значущість тези Л. Виготського для психології вікового розвитку («ключ до розуміння психологічного змісту життєвого шляху Людини знаходиться в перехідних періодах, або вікових нормативних кризах»). Зауважено, що масштабна експериментальна педологічна інформація поки залишається без належного дослідницького запиту (це обмежує пізнавальні можливості для теорії і практики вікової психології).

Ключові слова: вікова нормативна криза, вікова періодизація, лонгітюд, принцип істо-

ризму, принцип природовідповідності, симптомокомплекс.

Critical analysis of the pedological achievements of the early 20th century for searching the methodological principles that provide investigating for the objective parameters of age crisis normative stages in human life run was completed. The evolution of the pedological knowledge (from peak development to decline), aimed at cognizing child development, and later the possibility of its transformation into older age periods was shown. Extreme socio-economic and political events of the early 20th century were demonstrated separately as the determinants of the pedological concept. Significant scientific achievements of the Soviet pedology which are still relevant were noted: the basic meanings of the principle of historicism (constancy of age stages), the principle of nature conformity (discreteness, phase nature, cycle nature), the psychological meaning of the "internal logic", "symptoms complex", "emotions". On the basis of the pedological achievements on the age development of the person the problem of delimiting the essence of the concepts of "age periodization" and "age classification" was actualized (the most widespread typology of age periodization was defined). Information fragments of the conceptual paradigm on the age crisis of human development were given. It was proved that 1) each age normative crisis is an objective regularity in the development, has its own structured symptoms complex of emotions, 2) symptomatology of crises of the younger age periods potentially transforms into symptomatology of the older age periods, 3) the functional significance of L. Vygotsky's thesis for the psychology of the age development ("the key to understanding the psychological meaning of human life is in transition, or age-related regulatory crises"). It was noted that the large-scale experimental pedological information still remains without the proper research request (this limits the cognitive possibilities for the theory and practice of age psychology).

Key words: age normative crisis, age periodization, longitude, historicism principle, principle of nature conformity, symptoms complex.

УДК 159.922.7+37.015.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.26>

Поліщук В.М.

д.психол.н., професор,
заслужений працівник освіти України,
професор кафедри психології
особистості та соціальних практик
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Вступ. У 2020-х рр. психологічна наука, як глобальний фактор національної безпеки нашої держави, її громадян, інтересів переселенців у європейському просторі, має розробити актуальні *пошукові стратегії*, спрямовані зокрема на вивчення в людини особливостей *вікового кризового розвитку*. Його дослідницький стан досі залишається, як правило, на рівні теоретичних міркувань у ситуації фактичної відсутності лонгітюдних експериментальних розвідок, для яких ще з 1920–30-х рр. у педології накопичено різноплановий, проте

маловідомий для широкого кола дослідників, тематичний історичний інформаційний масив [1–6; 8]. У зв'язку з цим з допомогою принципів історизму (сталість календарних меж вікових стадій життєвого шляху та їх психологічних новоутворень) і природовідповідності (основні параметри: дискретність, фазовість, циклічність) у становленні людини одна з таких стратегій актуалізує нагальний суспільний запит про необхідність розроблення прогностичного диференційованого підходу у вікових нормативних і ненормативних кризах, стабільних

періодах через розмежування їхніх структурно-функціональних особливостей (переживань або симптомів переживань) на основі реальної, а не споглядальної, вікової адреси в системі власного життєвого шляху, тобто йдеться про створення об'єктивної вікової періодизації [4, с. 379–385; 7, с. 188]. Показовим прикладом тут є стадійна статусна невідзначеність молодшого шкільного віку. Так, у 1930-х рр. 7-річні діти не входили до нього, а з 1980-х він не лише «молодіє», а стає старшим на один календарний рік, ускладнивши свою термінологічну невпорядкованість (якщо в дошкільному навчально-виховному закладі психологічні особливості 6–7-річної дитини зіставляються зі старшим дошкільним віком, то в школі вона вважається молодшим школярем з відповідними характеристиками). Зрештою, виокремлюється проблемне питання: хто тоді сучасні учні 4-х класів – молодші школярі чи підлітки (як це було до 1980-х рр.)? І наскільки доказовими і коректними є системи соціального впливу, якщо їх одновікові суб'єкти в різний історичний час розглядаються в ракурсі різних вікових новоутворень?

Аналогічна пізнавальна ситуація стосується кризи 13 років як перехідного періоду від молодшого шкільного до підліткового віку, характеристики якої ототожнюються якраз із особливостями підлітків, чи, наприклад, кризи 17 років, як перехідного періоду вже від підліткового до юнацького віку. Недоказовим є виокремлення «раннього юнацького віку». Очевидні вікові «казуси» властиві дорослості, де популярною є криза «середнього віку». Парадокс, але в ситуації неперевірених припущень чи навіть без них, фактичної відсутності емпіричних розвідок, спрямованих на встановлення її хронологічних меж і фіксованих характеристик (симптомів), а отже, такої ж відсутності доказової вікової адреси в життєвому шляху розробляються соціальні тактики (здебільшого тренінгові заняття) для «зниження» кризових проявів, нормативні з яких апріорі є закономірними, тобто людина зовсім не потребує такого коригування».

Однією з базових методологем, яка позначає раціональний вектор розв'язання проблеми про вікові новоутворення в їх зіставленні з об'єктивними віковими інтервалами, є сформульована в межах педологічних уявлень теза (гіпотеза) Л. Виготського, згідно з якою ключ до розуміння психологічного змісту життєвого шляху Людини знаходиться в перехідних періодах, або вікових нормативних кризах [4, с. 6–7].

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням здобутих наукових результатів. Теоретичний аналіз першоджерел [1–6] засвідчує, що педологія (грец. – *país, paidos* – дитина; *logos* – слово, закон, учення) виникла

з потреби синтезованих знань про дитину, оскільки, наприклад, медицина, психологія, фізіологія, педіатрія, соціологія, етнографія вивчали її зі своїх предметних дослідницьких позицій здебільшого поза міжгалузевими науковими зв'язками. Крім того, це екстремальні соціально-економічні, політичні події початку ХХ ст., зміст яких безпосередньо вплинув на молодші людські покоління, з участю й під керівництвом яких значна календарна частина цієї епохи перетворилася з історичним часом на соціальний полігон для масштабних, часто кривавих, соціальних експериментів і катастроф, де незворотні людські втрати, посттравматичні синдроми, духовний регрес, знецінення людського життя, матеріальні збитки тощо надовго визначили для життєдіяльності людини сталі несприятливі особливості повсякденної соціальної реальності.

Біля інформаційних витоків педології перебувають Г.-С. Хол (1844–1924) як засновник першої педологічної лабораторії (1889), його учень О. Хрісман, якому належить назва наукового напрямку (1893), Е. Мейман (1862–1915), Е. Торндайк (1874–1949). На початку ХХ ст. публікувалися журнали з педологічною проблематикою «Педологічний семінар», США, «Педолоджист», Великобританія, «Експериментальна педагогіка», Німеччина. У 1912 р. у Брюсселі (Бельгія) відбувся перший педологічний конгрес. У 1913–1914 рр. розпочав роботу міжнародний факультет педології, де навчалися 30 студентів європейських країн, розвитку якого, однак, завадила Перша світова війна. В. Бехтерев (1857–1927) у Санкт-Петербурзі заснував Педологічний інститут і журнал «Вісник психології, кримінальної антропології і педології» (1907). Також працювали педологічні факультети. Згодом уже в СРСР пройшли два Всесоюзні з'їзди з педології, експериментальної педагогіки і психоневрології (грудень, 1922 р.; січень, 1924 р.), де В. Бехтерев та А. Нечаев (1870–1948) актуалізували досі нерозв'язаний масштаб соціальних проблем (нормальна й патологічна рефлексологія; кримінальна рефлексологія та психологія; дитяча дефективність; невропсихологія й невропатологія; терапія нервових хвороб). Продуктивно систематизувалася масштабна експериментальна інформація (М. Басов, 1892–1931; А. Залкінд, 1894–1936; В. Кащенко, 1870–1943; М. Соколов; Г. Фортунатов), яка, як зазначалося, дотепер залишаючись без дослідницької уваги, потенційно ставить сучасних науковців у ситуацію «винаходити велосипед». Концентровано педологічні уявлення висвітлено в забутих чи напівзабутих наукових працях П. Блонського (1884–1941), де наголошується на 1) дослідницькій прерогативі феноменології «віку» як центрального поняття вікової психології, 2) пріоритетності експериментальних

досліджень на основі принципу розвитку, тобто предметом педології був симптомо-комплекс вікових стадій чи фаз (тільки експеримент разом з іншими дослідницькими методами визначає справжню природу будь-яких явищ, а не спрощені споглядальні міркування, підкріплені, наприклад, авторськими анкетами з порушенням вимог до їх конструювання, адаптації тощо), 3) неприпустимості вивчення життєвих явищ і подій поза контекстом з іншими такими чи схожими явищами й подіями (доведення значущості системного підходу), 4) актуалізації проблеми співвідношення біологічного й соціального чинників у розвитку (це окреслення предметних наукових перспектив для становлення психогенетики).

Зрештою, тоді виокремилися концептуальні педологічні настанови, значущість яких у сучасному соціальному повсякденні завдяки передовсім віковій, педагогічній, соціальній, диференційній психології лише зростає, наприклад: 1) домінуюче вивчення «виняткових» дітей (обдарованих, інвалідів, «важких» тощо); 2) середньої дитини» не буває (відмова дослідників від вивчення дитини «частинами»; спроба синтезу знань різних наук про неї); 3) «ключем до виховання» є пізнавальний інтерес до будь-якого явища навколишньої дійсності; 4) головним завданням розумового виховання є розвиток самостійного мислення; 5) розроблення й критичне використання нових методів вивчення дитини, які враховують закони її розвитку (зараз – це ствердження генетичного підходу в дослідженнях); 6) популяризація психотерапії як наукової галузі; 7) необхідність прикладної спрямованості отриманих результатів про психічний розвиток дитини; 8) висновки про дитячий розвиток мають бути обережними, оскільки потребують перевірок, додаткових доказів та обов'язково мають базуватися на експериментальній інформації, не обіцяючи швидких і «нечуваних і небачених» педагогічних ефектів; 8) новий (аналітичний) опис навколишньої дійсності [2].

Окремо в пошуковому полі знаходилася експериментальна орієнтація на відкриття закономірностей вікового розвитку як альтернатива споглядальним висновкам («ефект фокусу»), сформульованих радянською педагогікою 1920–30-х рр. на основі ситуаційних наукових розвідок чи теоретичних міркувань як різновиду «книжкової вченості». Як наслідок, абсолютизація соціального впливу перетворила педагога (наставника, управлінця), батьків у казкового Хоттабича, який магічно, оперативно й результативно розв'язує будь-яку психолого-педагогічну проблематику перед «захопленою публікою» (характерно, що такими деклараціями рясніють численні сучасні «дослідження»).

Зараз можна стверджувати, що теоретико-практичні основи педології базувалися на вагомій історико-психологічній та історико-педагогічній інформації з перспективою її екстраполяції на старші вікові періоди: 1) це вчення Я.-А. Коменського (1598–1670) про дитячу особистість як «будівника Царства Божого на Землі»; 2) наукові ідеї Ж.-Ж. Руссо (1712–1778) про оригінальні фази розвитку дитини на шляху до гармонії; 3) системні висновки Й. Песталоцці (1746–1827) про закономірності розвитку мислення в дітей; 4) пізнавальна позиція Й. Гербарта (1776–1841) про необхідність «розміщення» дитини з її потребами й інтересами в центрі педагогічного процесу.

Педологія стосовно дитячої психології претендує на статус «протонауки», оскільки її дослідження презентували передовсім психологію дитинства у віковому діапазоні «від дня народження до кризи 13 років». Партійна заборона (Постанова ЦК ВКП (б) «Про педологічні перекирчування у системі Наркомосів» від 04.07.1936) стала фатальною точкою відліку для репресій та огульної критики [8], визначивши період тривалого історичного забуття, як наслідок, сповільнення прогресування психологічного знання. У суспільній свідомості ті події відкарбувалися на рівні дискредитації психологічної науки, що виявилось для вікових поколінь багатьох громадян у спадкоємності формування примітивізму культури поведінки й мислення. Лише в 1947 р. педологічні ідеї вперше обережно згадуються в підручнику «Педагогіка» (Н. Гончаров), а систематичні посилання на них властиві для нетривалого «соціального потепління» (1956–1966).

Ключове місце в розвитку радянської психології та педології належить Л. Віготському (Г. Вігодська, Т. Ліфанова, 1996). За С. Тулміном (1978), це «Моцарт у психології» (Б. Мещеряков, 1997). Ще раніше схожі планетарні характеристики Л. Віготський отримав від Д. Болдуїна (1861–1934).

Для Л. Віготського вік це об'єктивна категорія [3, с. 244–255]. Перейшовши від описового вивчення явищ до емпіричного й експериментального з'ясування їх сутності (практичне впровадження генетичного принципу) з незмінною філософською аргументацією, він запропонував нове розуміння умов, джерел, форм, рушійних сил розвитку (Л. Обухова, 1996). Уперше розглядаючи онтогенез як регулярну зміну стабільних і перехідних періодів (вікових нормативних криз), практично визнав його циклічність (природовідповідність). Аргументував одне з ключових для нас понять – «внутрішню логіку розвитку», яким викликана їх життєва необхідність і водночас прогностичне застереження від підміни поняття «вікова періодизація» поняттям «вікова класифікація». Як показали наступні

події, ця несприятлива пошукова тенденція стабілізувалася в СРСР через довільне й неоднозначне календарне зіставлення змісту понять «дитина», «отроцтво», «юність», «зрілість» у зв'язку із запровадженням із 7-річного віку обов'язкового початкового навчання (1944–1945), потім – семирічного (1949), восьмирічного (1958) і насамкінець проголошення у радянському суспільстві необхідності загальної середньої освіти (1961) з поступовим переходом на обов'язкову середню освіту (1972). Як наслідок, традиційні вікові межі більшості вікових стадій життєвого шляху людини (у старшому віці – це зрілість, похилий вік, старість, геронтовік) не є експериментально доведеними, оскільки між ними навіть на теоретичному рівні не встановлені й не систематизовані психологічні особливості нормативних (кризових) переходів (загалом ця пізнавальна ситуація однаково стосується стабільних періодів з невизначеністю їх соціальної ситуації розвитку, провідної діяльності, новоутворень).

Зараз найбільш відомі вікові періодизації (незалежно від дослідницького предмета) виокремлюються в три групи (для першої – це пріоритетне визнання дискретності, фазовості, циклічності, або принципу природовідповідності): 1. Циклічні вікові періодизації: «перехідні періоди (кризові)» – «стабільні (літичні)» – «перехідні періоди (кризові)» – «стабільні (літичні)» ... (Л. Виготський, К. Поліванова, В. Моргун, В. Слободчиков). 2. «Умовні» циклічні вікові періодизації, які тяжіють до циклічних вікових періодизацій: «перехідні періоди (кризові)» – «стабільні (літичні)» – «перехідні періоди (кризові)» – «стабільні (літичні)» – «стабільні (літичні)» – ... (Л. Божович, В. Давидов, Д. Ельконін). 3. Нециклічні, або «безкризові», вікові періодизації: 1) за змістом (домінування стабільних, або літичних, стадій): а) «стабільні (літичні)» – «стабільні (літичні)» – ... (К. Гетчінсон, Р. Кеган); б) «стабільні (літичні)» – «перехідні («необов'язково кризові)» – «стабільні (літичні)» – «стабільні (літичні)» – ... (О. Леонт'єв, С. Рубінштейн); 2) за формою виявів (домінування стабільних, або літичних стадій; вікові переходи в періодизаціях хоча й відсутні, проте потенційно припускається їх наявність як кризових стадій): «стабільні (літичні)» – «стабільні (літичні)» – ... (Е. Еріксон, З. Фрейд).

Л. Виготський виокремив відомі сьогодні характеристики (симптоми переживань) вікових нормативних криз, які уособлюють реальну дію потенціалу генної програми (знову – «внутрішня логіка розвитку»), впливової в будь-яких соціальних умовах (так, у достовірності описаної ним у 1930-х рр. негативної симптоматики кризи 3 років, або «семизір'я», попередньо актуалізованої Е. Келер, ніхто навіть не

сумнівається, що є демонстративним прикладом значущості в розвитку людини принципів історизму та природовідповідності).

У схожому пізнавальному руслі нами експериментально вивчені стабільні та кризові нормативні стадії в 9–25-річному інтервалі, зокрема встановлено вікові межі й гендерну структуру симптомокомплексів переживань криз 13 років і 17 років, які як наукові відкриття ХХ ст. мають спільну історію вивчення (кризи 13 років зі значним інформаційним відривом належить пріоритетність і масштабність відкриття). Це також вікові межі й гендерна структура симптомокомплексу кризи 23 років як перехідного періоду від юнацького віку до дорослості, верифікація гіпотези Л. Виготського, згідно з якою негативні зрушення у віковому розвитку є показниками сприятливих перетворень, що є вже нашим науковим відкриттям на основі 18-річного лонгітуду.

Тепер як приклад наведемо окремі інформаційні фрагменти концептуальної парадигми про віковий кризовий розвиток людини: 1. Симптом – це окреме переживання, яке вказує на клінічний фрагментарний перебіг вікового розвитку. 2. Термінологія віку: 1) віковий інтервал – це хронологічний ряд, обмежений одним календарним роком (23–24; 24–25 рр. тощо); 2) віковий період – сукупність вікових інтервалів, які уособлюють тривалість вікових криз; 3) віковий діапазон – умовно вибрана сукупність вікових інтервалів, які зіставляються з різними віковими періодами. 3. Структура симптомокомплексу (симптоми): 1) загальні низка всіх можливих симптомів; 2) основні (базові) типові, супутні та фонові, або «тло» (позитивні й негативні); 3) типові пікові та домінантні симптоми кризового періоду, які схожі за силою і частотою виявів (блок «АС» – активне самоствердження людини у взаєминах; блок «ПС» – пасивне самоствердження у взаєминах; блок «НС» – «нейтральні» переживання як вихідна основа для розвитку а) сприятливої чи несприятливої трансформації блоків «АС» і «ПС» і б) супутніх симптомів. 4. Як закономірна стадія вікового розвитку, криза 13 років має фіксований симптомокомплекс позитивних і негативних переживань. 5. Структура симптомокомплексу кризи 17 років (дівчата): 1) позитивні симптоми: а) типові (усвідомлення соціальної ролі школяра, прагнення до самостійності, домагання ролі дорослого, вміння співпереживати); б) супутні (старанність, уміння співпрацювати, переживання власних успіхів або невдач, оптимізм, гордість за власні досягнення, відповідальність, організованість); 2) негативні симптоми: а) типові: блок «АС» (дратівливість, хитрість, зухвалість, лихослів'я, корисливість); блок «ПС» (упертість як неслухняність, зарозумілість, пізнавальна

обмеженість); блок «НС» (недбалість, байдужість, лінощі); б) супутні: індивідуалізм, хвалькуватість, негативізм, пристосовництво, жорстокість. 6. Взаємовплив позитивних і негативних симптомів кризи 17 років (хлопці): 1) упертість як неслухняність і недбалість є тінювою, зворотною стороною розвитку домагання ролі дорослого, оптимізму; 2) лихослів'я, хвастощі, байдужість – усіх позитивних типових симптомів; 3) дратівливість – уміння співпереживати, оптимізму; 4) хитрість, негативізм – усіх позитивних типових, крім уміння самооцінювати; 5) лінощі – усіх позитивних типових, крім уміння співпереживати. 7. Для кожної вікової нормативної кризи нами розроблено дослідницький інструментарій з картою симптоматики переживань.

Висновки. З урахуванням викладеного вище можемо резюмувати таке: 1. Педологічна концепція як інформаційне джерело передовсім для вікової та диференційної психології поки залишається без активованого дослідницького запиту. 2. Недооцінка принципів історизму та природовідповідності в розвитку, актуалізованих свого часу педологією, призводить до протиставлення Людини і Природи, продукуючи смислові деформації про психологічну природу Людини, догматизуючи наукове знання, а отже, нівелює саму можливість планування фундаментальних і прикладних досліджень або спотворює їх результати. 3. Уникнути повного зіставлення вікової періодизації з наявною навчально-виховною

системою апіорі неможливо через наявність для людини реальних життєвих координат, що, однак, лише актуалізує пошук у неї саме природних (об'єктивних) закономірностей розвитку. 4. Перспективними напрямками наукових досліджень є, наприклад, емпіричне встановлення меж вікових нормативних криз у дорослості й з'ясування їхніх психологічних характеристик, що передбачає формулювання доказових і завершених тлумачень про психологічний зміст вікового розвитку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александров А.А. Психогенетика. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 192 с.
2. Басов М.Я. Общие основы педологии. Москва ; Ленинград : Госиздат РСФСР, 1927. 744 с.
3. Блонский П.П. Избранные педагогические и психологические произведения : в 2 т. / под ред. А.В. Петровского. Москва : Педагогика, 1979. Т. 1. 304 с.
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. / под ред. Д.Б. Эльконина. Москва : Педагогика, 1984. Т. 4 : Детская психология. 432 с.
5. Волобуїв П.В. Нариси з педології. Харків : Радянська школа, 1932. 22 с.
6. Залкинд А.Б. Основные вопросы педологии. Москва : Работник просвещения, 1930. 264 с.
7. Поліщук В.М. Віковий кризовий розвиток людини: від народження до дорослості. Суми : ПФ «Університетська книга, 2020. 459 с.
8. Руднева Е.И. Педологические извращения Л.С. Выготского. Москва : Учпедгиз, 1937. 137 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОТІКАННЯ КОНФЛІКТІВ У МОЛОДИХ СІМ'ЯХ

PECULIARITIES OF CONFLICTS IN YOUNG FAMILIES

У статті розглянуто особливості психологічних чинників і природу виникнення конфлікту в молодому подружжі. Показано фази перебігу конфлікту. Виявлено причини, за яких виникають конфліктні ситуації в подружній парі. Відомо, що ця проблема є актуальною для молодих сімей зі стажем шлюбу до 3 років. Дослідження проводилося серед сімей із низьким рівнем адаптації, які знаходяться в процесі здобуття навичок комунікації в подружньому житті. Запропоновано програму подальшої соціально-психологічної роботи, яка має спрямування на оптимізацію таких процесів.

Молода сім'я – відповідальний етап функціонування та розвитку інституту сім'ї. Саме молодим сім'ям властива найбільша кількість конфліктів, особливості виникнення й вирішення яких представлені в статті.

Основною особливістю молодої сім'ї є процес її становлення. Партнери, що починають жити разом у шлюбі, знайомляться один із одним у нових площинах взаємодії: спільний побут, розподіл ролей, функцій, обов'язків, відповідальності за організацію життя. З появою дитини важливим також постає питання про піклування та виховання дитини, розподіл часу й функцій партнерів батьків. У цей час особистісно партнери, як правило, зазнають змін і трансформацій, отже, потреби, інтереси, очікування, цінності, стратегії змінюються також, тому можна зробити висновок, що успішна, гармонійна взаємодія подружжя є процесом, що потребує постійної уваги й зусиль з боку обох партнерів. Подружній конфлікт вважають одним із видів розбіжностей, що призводить до подружньої дезадаптації. Причини виникнення внутрішньосімейних і зовнішніх конфліктів різноманітні. Конфлікти відбуваються через незадоволення потреб партнерів подружжя. У часі причини конфліктів у шлюбі й особливості перебігу та протікання конфліктів, як правило, змінюються.

Конфлікти в молодій сім'ї – це один із невід'ємних етапів подружнього життя. Вони можуть провокуватися з різних причин і мати різні масштаби.

У статті подано аналіз особливостей подружніх конфліктів у сім'ях із різним стажем спільного життя. Наведено дані, які дають змогу зробити висновок, що подружні взаємини зі зростанням шлюбного стажу зазнають значних змін на психологічному та соціально-психологічному рівні.

Ключові слова: молоде подружжя, комунікація, функції, ролі, очікування, цінності, інтереси, адаптація, оптимізація, конфлікт, конфліктна ситуація, сім'я.

The article considers the features of psychological factors and the nature of the conflict in a young couple. The phases of the conflict are shown. The reasons for which there are conflict situations in a married couple are identified. It is known that this problem is relevant for young families with marriage experience of up to 3 years. The study was conducted among families with a low level of adaptation who are in the process of acquiring communication skills in married life. A program of further socio-psychological work was proposed, which is aimed at optimizing such processes.

The young family is a responsible stage in the functioning and development of the family institution. It is young families with the largest number of conflicts, the peculiarities of the emergence and resolution of which are presented in this article.

The main feature of a young family is the process of its formation. Partners who start living together in marriage get to know each other in new areas of interaction: living together, the distribution of roles, functions, responsibilities, responsibilities for the organization of life. With the advent of the child, the question of the care and upbringing of the child also arises, distribution of time and functions of parents' partners. At this time, personal partners tend to undergo changes and transformations, so the needs, interests, expectations, values, strategies also change, so we can conclude that a successful, harmonious interaction of spouses is a process that requires constant attention and effort from both partners. Marital conflict is considered a type of disagreement that leads to marital maladaptation. Causes intra-family and external conflicts are diverse. Conflicts occur due to dissatisfaction with the needs of spouses. Over time, the causes of marital conflicts and the peculiarities of the course and course of conflicts usually change.

Conflicts in a young family are one of the integral stages of married life. They can be provoked for different reasons and have different scales.

The article analyzes the peculiarities of marital conflicts in families with different experience of living together. There are data that allow us to conclude that marital relations with the growth of marriage experience undergo significant changes at the psychological and socio-psychological level.

Key words: young couple, communication, functions, roles, expectations, values, interests, adaptation, optimization, conflict, conflict situation, family.

УДК 316.483
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.27>

Хоржевська І.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Рижкова І.О.

здобувач другого рівня вищої освіти
Медичного інституту кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

У житті кожної сім'ї виникають як позитивні, так і негативні моменти. Усі сім'ї регулярно стикаються з труднощами, які можуть або порушити звичне життя, або ці складні ситуації можуть сприйматися подружжям як новий етап у відносинах, який вплине на сімейне життя тільки позитивно.

Модель конфліктної поведінки подружжя зароджується ще на початку подружніх відно-

син, коли відбувається адаптація партнерів один до одного. Саме в цей період є важливою профілактика конфліктів, так як відбувається не тільки розподіл сімейних ролей і функцій, становлення основних традицій в сім'ї, а й виникає характер основних чинників, які породжують конфлікти, а звідси й способи їх вирішення. І на цьому етапі, коли сім'я тільки створена, необхідно, щоб кожен із подружжя

йшов назустріч один до одного й умів грамотно та конструктивно вирішувати конфліктну ситуацію, а також міг розв'язати цю проблему з найменшими негативними наслідками.

У сучасній психологічній літературі є значна кількість досліджень, присвячених вивченню чинників виникнення конфліктів у молодих сім'ях (Д.Д. Алексеєнко, С.Д. Алексеєнко, І.В. Ващенко Т.В. Зозуль, Л.В. Кондрацька, В.В. Корнієнко, Г.А. Кошонько); особливостей перебігу подружніх конфліктів (І.В. Іванова, А.В. Кравченко, Л.А. Никифорова, Л.І. Рішко, О.А. Столярчук, О.В. Щербатих); ефективному розв'язанню конфліктів у сім'ях (Л.О. Котлова, М.М. Мазурок, О.Г. Середка).

Особлива увага в процесі розв'язання конфліктів належить посередництву, що підкреслювали в дослідженнях В.Б. Бучко, А.В. Даниляк, О.Г. Середка. Утім здебільшого питання посередництва, медіації в сучасній Україні здійснюється вже з тими сім'ями, які ухвалили рішення про розлучення (Н.В. Гребеннік, Д.Е. Зубцов, В.П. Степико, М. Пірен).

Метою статті є дослідження й обґрунтування особливостей протікання конфліктів у молодих сім'ях.

Тематика конфліктів має величезне значення для вирішення різних проблем сім'ї. Конфлікти – це явище, яке неможливо уникнути в будь-яких сферах життєдіяльності людини, особливо, як уважають психологи, у сімейному житті.

Молоді пари відчувають безліч труднощів, так як основною особливістю молодої сім'ї є процес її становлення. Вивчення особливостей побудови відносин у молодих подружніх парах буде актуально, зважаючи на те що в наш час відбувається знецінення сім'ї, її ролі в суспільстві.

Конфлікти молодих сімей завжди цікавили дослідників, оскільки сім'я є одним із фундаментальних соціальних інститутів суспільства, потрібних людині для продовження свого роду, для передачі досвіду. У наш складний кризовий час необхідність створення міцного вдалого союзу зростає. Проблема якості подружніх відносин, досягнення благополуччя й отримання стабільності є центральною темою в психології сім'ї. З багатьма проблемами стикаються саме молоді сім'ї, які прожили разом до 3 років, як найбільш незахищена частина суспільства.

Конфлікт являє собою зіткнення протилежних інтересів двох або більше осіб, що супроводжується негативними емоціями. Вивчення причин конфліктів дає базу для вирішення багатьох психологічних, соціально-психологічних та інших проблем сім'ї та її членів [1]. Багато дослідників уважає, що конфлікти відбуваються через незадоволення потреб, неузгодженості мотиваційно-сміслових утворень особистості [2].

Найчастішою причиною подружніх конфліктів є незрілість партнерів, раннє одруження під впливом зовнішніх факторів і різних внутрішніх потреб і причин. Партнери, одружившись, усі свої невирішені питання та проблеми привносять у сім'ю. Навіть якщо до шлюбу був психологічно не готовий хоча б один з партнерів, у сім'ї виникає непорозуміння, взаємні докори, дисгармонія в комунікації та стосунках.

До факторів, що призводять до конфліктів, належать зменшення доходу сім'ї, надмірна зайнятість подружжя або одного з них на роботі, відсутність своєї окремої житлоплощі тощо. Вплив на сім'ю можуть чинити й зовнішні соціальні чинники суспільства. До них відносять зростання соціальної байдужості, культ споживання, який заважає людям ділитися не тільки матеріально, а й емоційно, утрату моральних цінностей, падіння устоїв, кризовий стан економіки й соціальної сфери держави [5, с. 161].

Причинами, які порушують взаємини молодого подружжя, є згасання взаємної любові, утрата довіри, емпатії, невміння конструктивно вирішувати проблеми, що виникають, неузгоджена рольова поведінка подружжя, розходження в уявленнях про подружнє життя й життєві пріоритети, різні потреби й цінності.

Гармонійно побудований шлюб задовольняє основні потреби партнерів подружжя та є оптимальним середовищем для дітей, що в ньому зростають. Правильність відносин між партнерами подружжя, вдало побудована комунікація всередині сім'ї є ключовим елементом. Якщо партнери беруть на себе зобов'язання й відповідальність піклуватися про свої відносини, якісно вирішувати проблеми та конфлікти в межах своєї родини або звертаються до сімейного психолога, отже, партнери беруть відповідальність за шлюб і сім'ю в цілому. Важливими є відкритий діалог, чесність і порядність у стосунках, а також уважність до потреб і феноменологічних особливостей партнера. Важливою в побудові стосунків також є довіра, емпатія та взаємоповага серед партнерів.

Експериментальне дослідження проводилося на базі ТОВ «Українсько-китайський центр Шовкового Шляху». У дослідженні брали участь тридцять подружніх пар (шістдесят осіб), експериментальну групу становили 15 молодих сімей, які перебувають у шлюбі до 3 років. Контрольну групу становили 15 сімей зі стажем шлюбу від 3 до 10 років.

Для дослідження причин виникнення конфліктів у сім'ях використовували такі психодіагностичні методики:

1. Опитувальник К. Томаса-Р. Кілмана.

Опитувальник, що розробив К. Томасом-Р. Кілман, призначений для вивчення схильності особистості до конфліктної

поведінки, виявлення певних стилів вирішення конфліктної ситуації. Методика К. Томаса дає змогу виділити типові способи реагування на конфліктні ситуації.

2. Методика «Рольові очікування партнерів» (РОП) А.Н. Волкової

Для визначення рольової сумісності подружжя використано соціально-психологічний опитувальник А.Н. Волкової «Рольові очікування й домагання у шлюбі» – РОП, спрямований також на вивчення подружніх орієнтацій у сімейному житті.

3. Методика «Взаємодія подружжя в конфліктній ситуації» Ю.Є. Альшиної, Л.Я. Гозмана, Є.М. Дубовської.

Для вирішення завдань вивчення поведінки в сімейних конфліктах призначений опитувальник Ю.Є. Альшиної, Л.Я. Гозмана, О.М. Дубовської «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (1987). За допомогою методики можна виявити найбільші конфліктні сфери в стосунках подружжя. В опитувальнику міститься 32 ситуацій, у яких описанні взаємодії подружжя, що мають конфліктний характер.

Опитувальник розроблений для чоловіків і для жінок.

Першим етапом дослідження було визначення специфіки подружніх конфліктів. Із цією метою використано опитувальник, розроблений К. Томасом – Р. Кілманом і призначений для вивчення схильності особистості до конфліктної поведінки, виявлення певних стилів вирішення конфліктної ситуації.

Таблиця 1

Аналіз результатів тестування

№ з/п	Тип конфліктної поведінки	%
1	Суперництво	32%
2	Співпраця	10%
3	Компромiс	10%
4	Уникнення	27%
5	Пристосування	21%

За результатами таблиці 1, одним із основних типів конфліктної поведінки є суперництво (32% за результатами опитування). Воно полягає в нав'язуванні іншій стороні пріоритетних для себе рішень. Суперництво виправдане у випадках: явної конструктивності пропонованого рішення; вигідності результату для всієї групи, організації, а не для окремої особистості; відсутності часу на дискусію з опонентом. Суперництво доцільно в сім'ї в екстремальних і принципових ситуаціях, при дефіциті часу й високій ймовірності небезпечних наслідків [9]. Наступним типом поведінки з високим показником є уникнення – 27%. Цей критерій характеризується спробою піти з конфлікту за

мінімуму затрат сил, відрізняється від аналогічної стратегії поведінки в ході конфлікту тим, що опонент переходить до неї після невдалих спроб реалізувати свої інтереси за допомогою активних стратегій.

21% – тип пристосування. Пристосування, або поступку, розглядають об'єкти конфлікту як вимушену або добровільну відмову від боротьби і здачу своїх позицій. Прийняти таку стратегію опонента змушують різні мотиви: усвідомлення своєї неправоти, необхідність збереження добрих стосунків з опонентом, сильна залежність від нього; незначність проблеми.

У 10% опитаних бачимо в межах нори, такий стиль поведінки при конфліктних ситуаціях, як компромiс. Він забезпечує часткове задоволення в конфлікті й власних інтересів, й інтересів опонента, що досягається за такої умови: «Я поступлюся тобі в чомусь, а ти мені – в іншому». Співробітництво також виражене лише 10% відсотках опитаних. У свою чергу, це – тип поведінки, який забезпечує максимальне задоволення в конфлікті власних інтересів та інтересів опонента.

Після опрацювання даних усіх учасників дослідження на графіку (рис. 1) ми зобразили середнє значення кожного критерію.

Як ми бачимо, на рис. 1 показано, що в молодих сім'ях зі стажем шлюбу до 3 років при конфліктних ситуаціях частіше використовується такий тип поведінки, як суперництво. Це свідчить про те, що молоді люди не готові поступатися своїми принципами, ідеями заради іншого, кожен намагається довести свою правоту. На другому місці ми бачимо пристосування та трохи менший результат у такого типу, як уникання. Такі поведінкові реакції негативно впливають на комунікацію в родині. Про це свідчать низькі результати за критеріями співпраці й компромiсів. Молоді люди не можуть навчитися домовлятися між собою і руйнують, отже, власні відносини.

Результати сімейних пар, які знаходяться в кризі 3–4 років, дещо кращі за попередні пари сімей. На першому місці також ми бачимо високі показники за типом поведінки суперництво. Пристосування й уникання знаходяться майже на одному, досить високому, рівні. Незважаючи на те що показники за такими поведінковими реакціями, як співпраця та компромiси, нижче від інших результатів, вони знаходяться в межах норми. Це свідчить про те, що в деяких випадках сім'ї використовують компромiси в конфліктах, можуть домовлятися один із одним і приходити до єдиного висновку [2].

Результати наступних сімей (криза 6–7 років) подібні до результатів перших досліджуваних. Найвищі показники за типом поведінки суперництво, уникання та при-

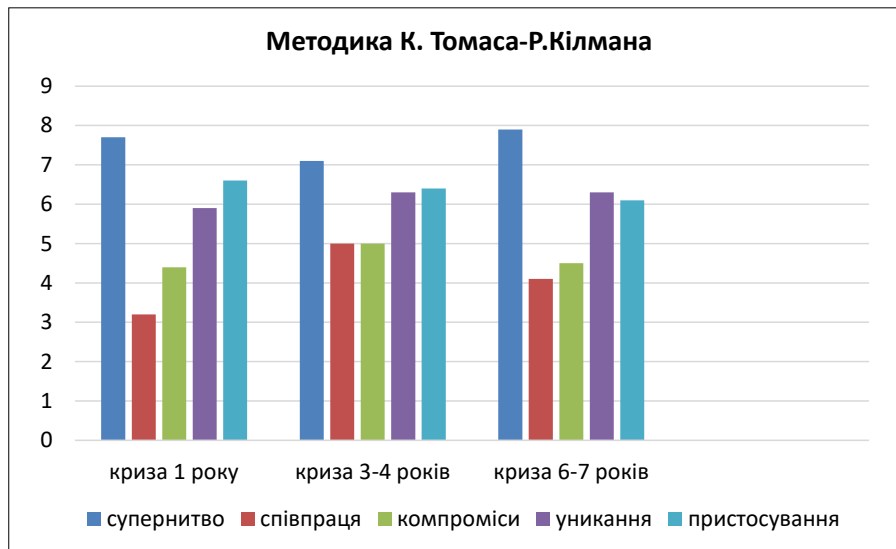


Рис. 1. Результати опитування сімей за методикою К. Томаса – Р. Кілмана

стосування. У цей період пари віддаляються один від одного, зникає емоційна близькість, подружжя втрачає нормальну комунікацію, що й спричиняє часті конфлікти. Про це також свідчать низькі показники за такими типами поведінкових реакцій, як співпраця та компроміси.

Аналіз про значущість певних сімейних функцій кожного з подружжя проведений за методикою РОП (автор А.Н. Волкова).

Вивчення стану, у якому перебуває кожен член сім'ї, показало, що вищий рівень незадоволення посилює конфліктну поведінку. У період загострення кризи сімейні пари часто відчують емоційну нестабільність, тривогу. Усі ці фактори посилюють напруження в сім'ї та викликають конфлікти на неусвідомленому рівні.

Дослідження рівня конфліктності сімей із різним стажем подружнього життя здійснювався за допомогою методики «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман). Спираючись на отримані в ході дослідження дані, ми можемо зробити такі висновки.

Використовувана нами методика дає змогу визначити не лише рівень конфліктності в парі, а й виділити ті сфери, які є найбільш конфліктними для сім'ї в цілому.

Результати дослідження сімей з подружнім стажем до 3-х років. Згідно з результатами дослідження, ми можемо зробити висновок, що в сім'ях, у яких спостерігаються конфліктні взаємини, рівень конфліктності коливається від -1 до -2. Це свідчить про високий рівень конфліктності. При цьому в цих сімей спостерігаються негативні, реактивні реакції партнерів подружжя на конфліктні ситуації.

Що стосується найбільш конфліктних сфер взаємодії подружжя, то в сім'ях із подружнім

стажем до 3-х років таких конфліктних сфер спостерігається 3 (рис. 2).

Діаграма відображає найбільш конфліктну сферу взаємодії подружжя в сімейному житті, як прояв домінування одним із подружжя (29%). Пояснюється це тим, що в перший рік сімейного життя неповністю узгоджені та визначені сімейні ролі, ще не відбулася повна адаптація членів подружжя. Лідерство має авторитарний характер, як правило, при цьому є тенденція до підкоренням іншого партнера, що призводить до виникнення конфліктної ситуації.

Проблеми стосунків із родичами та друзями (20%) стають на другому місці. Пояснюється тим, що на першому році подружнього життя стосунки з родичами є вкрай визначальними та важливими, тому що більшість молодих сімей, не маючи власного житла, має проживати з батьками, що дуже часто призводить до конфлікту декількох поколінь сім'ї. У такій ситуації батьки подружжя зазвичай накладають відбиток на стосунки в молодій сім'ї, що призводить до виникнення конфліктів.

Також варто зазначити таку домінуючу сферу конфлікту, як проблема розходження в ставленні до грошей (13%), оскільки конфлікти на ґрунті грошей мають досить значне розповсюдження, бо матеріальне становище молодого подружжя в багатьох випадках є нестабільним і може залежати від інших осіб, наприклад, від батьків чи родичів.

Отже, проаналізувавши результати в конкретному віковому періоді існування сім'ї, можемо зробити такі висновки: у сім'ях із подружнім стажем до 3-х років ми спостерігаємо середній рівень конфліктності при негативних і пасивних реакціях подружжя на конфліктні ситуації.

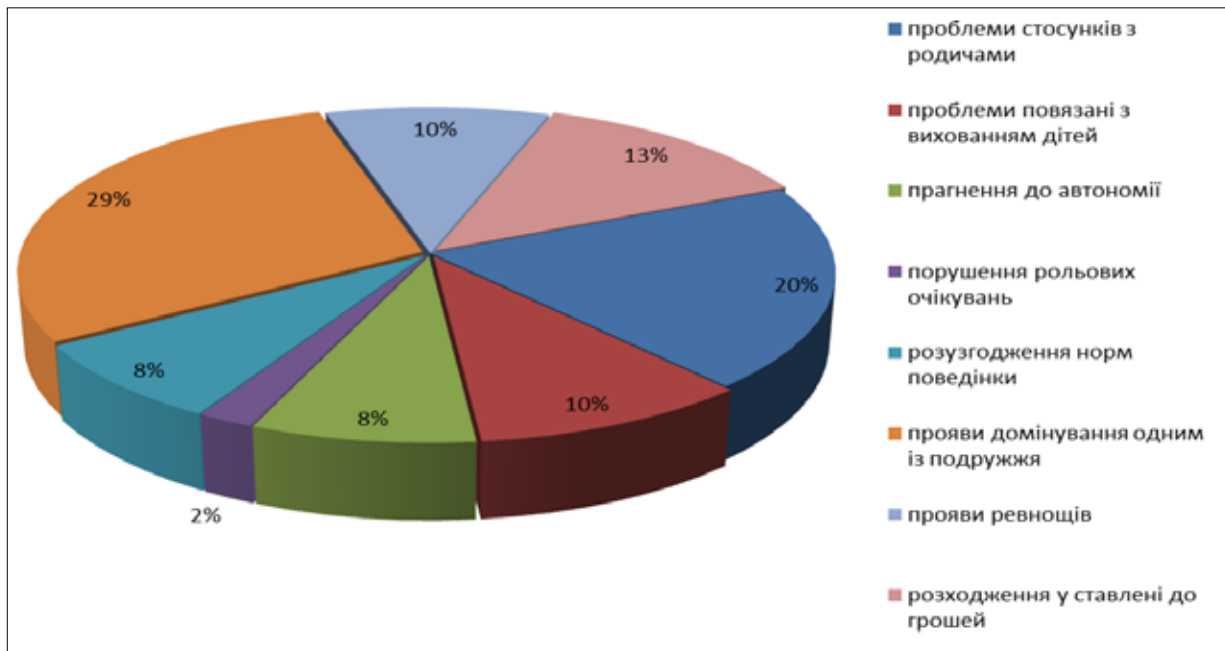


Рис. 2. Відсоткове співвідношення конфліктних сфер взаємодії сімей із подружнім стажем до 3-х років

Аналізуючи сферу взаємодії, ми бачимо, що домінують такі проблеми, як *порушення рольових очікувань* і *питання, пов'язані з вихованням дітей* (29% і 17%). Отже, на нашу думку, ці дві сфери мають зв'язок у процесі виникнення конфліктів у сім'ях. Це пояснюється тим, що на цьому етапі існування сім'ї можуть змінюватися сімейні ролі. Наприклад, коли діти починають відвідувати зовнішні соціальні заклади, як результат, змінюється графік батьків, відбувається перерозподіл обов'язків і змінюються особливості виховного процесу. Тому може виникати неузгодженість стосовно рольових очікувань від партнера.

Отже, ще однією конфліктною сферою як у групі досліджуваних сімей із подружнім стажем до 3 років, так і в групі зі стажем від 3 до 10 років є саме *проблеми стосунків із родичами та друзями* (20%). Зі зміною сімейних ролей та обов'язків у сім'ї залишається менше часу для проведення його з родичами чи друзями або, навпаки, коли один із подружжя більше часу приділяє друзям і родичам порівняно з партнером. Така ситуація поступово призводить до виникнення конфлікту.

Таким чином, розглянуто результати дослідження рівня конфліктності сімейних пар із різним часом проживання в шлюбі за методикою «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях». Також проаналізовано та пояснено, які саме сфери взаємодії подружжя є найбільш конфліктними й чим саме це може бути спричинено.

Корекційна терапевтична програма подолання сімейних конфліктів проводилася поетапно:

- індивідуальні та групові консультації членів сімей, що включали обговорення проблематики конфліктів, почуттів, потреб, побажань, питань щодо корекційного процесу;

- запровадження методів психокорекції;
- обговорення актуальних психічних процесів, що члени сімей проживають протягом корекційного періоду;
- рекомендації й «домашні завдання» для членів сімей.

Висновки з проведеного дослідження. Аналіз психологічного стану, у якому перебуває кожен партнер у шлюбі, показав таке: частота й інтенсивність конфліктів у шлюбі рівнопропорційна реалізації власних феноменологічних потреб кожного партнера у шлюбі та партнерстві. У період загострення кризи сімейні пари часто відчувають емоційну нестабільність, тривогу. Усі ці фактори посилюють напруження в сім'ї та викликають конфлікти на рівні свідомого й несвідомого.

За допомогою методики «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (автори: Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман) здійснено дослідження рівня конфліктності сімей із різним стажем подружнього життя.

Отже, методика, що нами використана в дослідженні, дала змогу визначити рівень конфліктності в парі та виділити ті сфери, які є найбільш конфліктними для сім'ї.

За результати дослідження сімей із подружнім стажем до 3-х, можна зробити висновок, що в сім'ях із конфліктними взаєминами рівень конфліктності буде коливатися від -1 до -2.

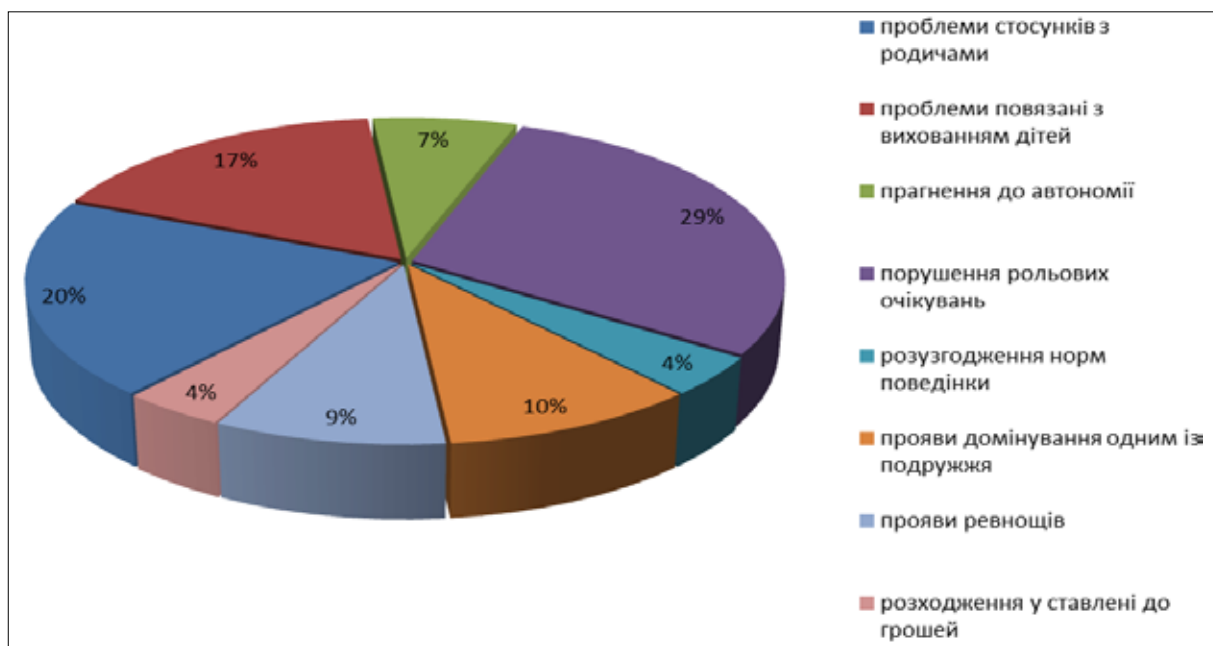


Рис. 3. Відсоткове співвідношення конфліктних сфер взаємодії сімей із подружнім стажем від 3 до 10 років

Також у цих сім'ях спостерігається деструктивна, реактивна реакція партнерів подружжя на конфліктні, тригерні ситуації.

За результати дослідження сімей із подружнім стажем від 3 до 10 років, можна зробити висновки, що порівняно з попередньою категорією сімей переважно спостерігається середній рівень конфліктності при негативній і пасивній реакції партнерів подружжя на конфліктні ситуації.

Для покращення та нормалізації сімейних відносин в умовах кризи розроблені методичні рекомендації. Рекомендації написані на основі висновків дослідження та після опрацювання всіх результатів. Такі поради допоможуть сім'ям у складних ситуаціях, комунікативних непорозуміннях, під час конфліктів. Рекомендації надавалися не лише учасникам тренінгу, а й усім сімейним парам, які проходили дослідження.

Аналіз психологічної літератури свідчить, що сім'я є гнучкою соціальною системою, яка швидко змінюється й адаптується до процесів, що відбуваються в соціумі, але поряд із цим функціонує й розвивається за своїми законами, нормами та правилами. Сімейні конфлікти – це протиставлення між членами сім'ї на основі зіткнення протилежно спрямованих мотивів, інтересів, потреб і поглядів.

Основне завдання корекції сімейних дисфункцій – усунення симптомів когнітивних, особистісних, поведінкових порушень у членів сім'ї; опанування партнерами подружжя конструктивних патернів взаємодії в ситуаціях сімейної кризи, конфліктів і комунікативних непорозумінь.

Програма корекції сімейних дисфункцій спрямована на когнітивну, особистісну та поведінкову сфери подружжя. Завданням психокорекції є особистісно орієнтована терапія конфліктогенних характерологічних рис партнерів, допомога в разі виявлення психологічної несумісності партнерів, закріплення нових сформованих способів більш ефективної та гармонійної взаємодії. Перспектива подальших досліджень полягає в розробці та впровадженні програми психопрофілактики дисфункційного розвитку сім'ї, зумовленого конфліктним спілкуванням.

Представлені способи конструктивного вирішення сімейних конфліктних ситуацій допомагають навчитися партнерам у шлюбі більш ефективної й гармонійної комунікації, взаємодії, вирішенню конфліктів, формуванню вміння аналізувати сімейні проблеми, приймати обґрунтовані рішення, регулювати негативні емоційні стани, прогнозувати наслідки своїх вчинків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Т.В. Психологія сучасної сім'ї: монографія. Санкт-Петербург: Річ, 2015. 436 с.
2. Бодальов А.А. Психологія міжособистісних відносин. *Питання психології*. 2015. № 2. С. 18.
3. Бондарчук О.Й. Психологія сім'ї. Харків: Вид-во НУА, 2016. 386 с.
4. Бондаровська В. Стадії розвитку сім'ї. Види сімейних конфліктів. Київ: Вид. дім «Шкіл. світ»: Вид. Л. Галіцина, 2015. С. 12–15.
5. Вареца Е.С., Скиба Н.В. Природа и разрешение конфликтов в молодой семье. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3 «Педагогика и психология»*. 2016. С. 90–96.

6. Васильченко О.М. Сучасні підходи до дослідження сім'ї у психології. *Правничий вісник Університету «КРОК»*. 2016. Вип. 24. С. 221–228.

7. Ващенко І.В. Особливості сімейних взаємин у сучасних подружніх парах. *Наука і освіта*. Одеса, 2015. № 3–4. С. 13–17.

8. Ішмуратов В.А. Конфлікт і злагода. Київ : Наука, 2015. 376 с.

9. Ткачук Т.А., Іщенко А.С. Психологічні особливості взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях. *Молодий вчений*. 2017. № 5 (45). С. 227–230.

АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ КРИТЕРІЇВ УСПІШНОСТІ КАР'ЄРИ АКТОРІВ ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL CRITERIA OF ACTOR'S CAREER SUCCESS

У статті проаналізовано результати емпіричного дослідження критеріїв успішності кар'єри акторів. В основі дослідження лежить розгляд кар'єри в контексті її інтеграції з іншими аспектами життя людини як суб'єктивної конструкції окремої особистості. Особлива увага звертається саме на психологічні критерії успішності кар'єри. Виокремлено такі психологічні критерії успішності кар'єри акторів: професійна самореалізація як міра вияву власних здібностей, потенціалу, творчості, як вияв себе в професійному середовищі; самооцінка власної професійної спроможності (кар'єрна самоефективність), мотивація професійної діяльності, задоволеність діяльністю. Оскільки кар'єру розглядаємо в контексті життя загалом, проаналізовано рівень задоволеності соціальними досягненнями.

Результати емпіричного дослідження дали змогу виявити, що серед опитуваних переважає вищий за середній рівні загального, внутрішньо-професійного та зовнішньо-професійного самоздійснення, середній рівень професійної самореалізації, внутрішня мотивація, задоволеність роботою й задоволеність життям загалом, окрім матеріальних, житлово-побутових умов.

Виокремлено певні проблемні аспекти критеріїв успішності кар'єри акторів, до яких можна віднести деякі труднощі кар'єрного планування та здатності вирішувати кар'єрні проблеми, недостатній рівень задоволеності професійною відповідальністю й рівнем вимог у професійній діяльності. При домінуванні високих показників професійного самоздійснення, задоволеності діяльністю, внутрішньої мотивації, задоволеності життям загалом і середнього рівня кар'єрної самоефективності прослідковується певна незадоволеність матеріальним становищем, житлово-побутовими умовами. Тобто можна стверджувати про певну неузгодженість суб'єктивних критеріїв успішності кар'єри, яким характерний високий рівень задоволеності, й об'єктивних, зокрема матеріальних, які викликають певне невдоволення акторів.

Ключові слова: кар'єра, критерії успішності кар'єри, професійна самореалізація, кар'єрна самоефективність, мотивація професій-

ної діяльності, задоволеність діяльністю, актори.

The article analyzes the results of an empirical study of the criteria for the success of the career of actors. The study is based on the consideration of a career in the context of its integration with other aspects of a person's life, as a subjective construction of an individual. Particular attention is paid to the psychological criteria of career success. The following psychological criteria for the success of the career of actors are distinguished: professional self-realization as a measure of the manifestation of one's own abilities, potential, creativity, as a manifestation of oneself in a professional environment; self-assessment of one's own professional ability (career self-efficacy), motivation for professional activity, satisfaction with activities. Since we are considering a career in the context of life as a whole, the level of satisfaction with social achievements is analyzed.

The results of the empirical study made it possible to reveal that among the respondents, above the average level of general, intra-professional and externally professional self-fulfillment, the average level of professional self-realization, internal motivation, job satisfaction and satisfaction with life in general, except for material, living conditions, prevail.

Some problematic aspects of the criteria for the success of the career of actors are highlighted, which include some difficulties in career planning and the ability to solve career problems, an insufficient level of satisfaction with professional responsibility and the level of requirements in professional activity. With the dominance of high indicators of professional self-fulfillment, satisfaction with activities, internal motivation, satisfaction with life in general and the average level of career self-efficacy, dissatisfaction with the financial situation, living conditions is traced. Therefore, it is possible to confirm a certain inconsistency between the subjective criteria of career success, which are characterized by a high level of satisfaction, and objective, in particular, material ones, causing a certain discontent among the actors.

Key words: career, criteria of career success, professional self-fulfillment, career self-efficacy, motivation of professional activity, satisfaction with activity, actors.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.28>

Чуйко О.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри соціальної психології
ДВНЗ «Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника»

Пронь Л.М.

магістр психології,
аспірантка кафедри управління
та бізнес-адміністрування
ДВНЗ «Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника»

Постановка проблеми. Динамічність суспільного життя, конкуренція на ринку зайнятості, з одного боку, актуалізують високі вимоги до фахівців різних сфер діяльності, а з іншого – відкривають нові можливості для кар'єрного розвитку особистості, її професійного самоствердження й самореалізації. Сучасна людина прагне досягти успішності кар'єри як загального показника соціальних досягнень та успіху. Разом із тим постає питання, чи успішна кар'єра особистості за критеріями соціальних очікувань сприятиме досягненню психологічного благополуччя й задоволення від життя. Тому в дослідженні проблем розвитку кар'єри варто особливу

увагу приділяти психологічним (суб'єктивним) критеріям успіху.

У сучасних умовах діяльність акторів також характеризується динамікою, яка стосується умов праці, фінансового забезпечення, соціального захисту, що, безумовно, впливає на їхню поведінку в професійному, соціальному та сімейному житті. Кожен актор прагне успіху, визнання, оплесків, достойної заробітної плати, захисту своїх прав, хоче бути конкурентоспроможним на ринку праці. Діяльність актора пов'язана з величезною кількістю включень та емоційних переключень у роботі, з пошуками натхнення. Важливим аспектом кар'єрного розвитку акторів є суб'єктивні,

психологічні критерії успішності кар'єри, які водночас можуть виступати й чинниками мотивації, креативності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У контексті аналізу критеріїв успішності кар'єри опираємося на змістово-процесуальний підхід до вивчення кар'єри, згідно з яким варто при вивченні кар'єри досліджувати як індивідуально-психологічні особливості особистості та її життєву ситуацію, так й етапність розвитку кар'єри відповідно до цих особистісних характеристик і контексту життя людини. Тобто кар'єру варто розглядати в інтеграції з іншими аспектами життя людини як суб'єктивну конструкцію окремої особистості [10]. Відповідно, вивчаючи психологічні критерії успішності кар'єри акторів, звертаємо увагу на їх вияв у контексті картини життя особистості.

Питання успішності кар'єри, чинників успішності кар'єри розглядали В. Лозовецька, О. Мельник, У. Оучі, В. Капіца, С. Мішина, О. Мішин, В. Овсяннікова, В. Савельєва, Д. Холланд, А. Деркач, В. Зазикін, А. Макрова, Т. Байдак, В. Болотова, В. Біскуп, О. Мельник, Н. Проскурка, М. Артур, С. Капова, Ц. Вільдером, О. Боднарчук.

В. Лозовецька визначає успішність кар'єри як «системну спрямованість особистості на ефективний професійний розвиток на всіх етапах становлення, навчання практичних умінь і навичок щодо реалізації кар'єрних технологій, визначення особистісних кар'єрних установок та умов їх реалізації»; що визначається не тільки матеріальними цінностями, а й духовними [3, с. 23; 4, с. 11]. Згідно з В. Лозовецькою, головною передумовою успішної кар'єри особистості є максимальна реалізація її потенціалів, індивідуальний розвиток професіоналізму. Як відмічає авторка, критерії успішності кар'єри можуть розглядатися як крізь призму суб'єктивності людини, так і з точки зору її професійного середовища. Успішність кар'єри як оцінюється у формі відчуттів, самооцінки досягнень, так і підкріплюються визнанням їх у професійному середовищі у вигляді підвищення на посаді, збільшення рівня заробітної плати тощо [4, с. 67–70].

О. Мельник та інші успішність називають професійним успіхом, який є сукупністю «позитивних результатів, накопичених протягом усієї кар'єри в психологічному плані й у плані об'єктивних професійних досягнень» [6, с. 117].

В. Капіца визначає 12 критеріїв успішності, серед яких виокремлюються критерії ставлення до роботи як головна умова й джерело професійного успіху; конкурентності; стабільності «успішного статусу»; делегування компетенцій і прав, повноважень і дозволів на самостійну професійну самореалізацію; колективного вироблення й прийняття

рішень із ключових проблем успішної професійної діяльності; успішного працевлаштування та успішної професійної самопрезентації; винагороди й матеріального заохочення; позитивної зорієнтованості на корпоративне управління в забезпеченні єдності професійних цілей і цінностей успішної корпорації як «взірцевої»; спрямованості на навчання, самоосвіту; оцінки професіоналізму корпоративного менеджменту за рівнем наявності високоліквідного інтелектуального «управлінського капіталу»; «ключових понять» у професійній оцінці рівня успішності; здійснення цілісної професійної кар'єри в її системному вигляді та загальному успішному результаті [1].

Низка авторів підкреслює, що серед критеріїв успішності кар'єри виокремлюють як суб'єктивні, так й об'єктивні (просування кар'єрою драбиною, матеріальний достаток, статус тощо) [1; 4; 6; 9; 10].

На основі теоретичного аналізу наукових джерел виявлено напрацювання проблеми розвитку кар'єри держслужбовців, військово-службовців, педагогів і фахівців інших галузей. Проте недостатньо розробленими постали питання кар'єрного розвитку акторів, зокрема критеріїв успішності їхньої кар'єри.

Постановка завдання. Мета статті полягає в аналізі психологічних критеріїв успішності кар'єри акторів, їх розгляді крізь призму життя особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Унаслідок теоретичних пошуків за основу дослідження прийнято поняття кар'єри як ступеня розвитку актора в професійному середовищі крізь призму картини його життя. На основі теоретичного аналізу наукових джерел виокремлюємо такі психологічні (суб'єктивні) критерії успішності кар'єри акторів: професійну самореалізація як міру вияву власних здібностей, потенціалу, творчості та як вияв себе в професійному середовищі; самооцінку власної професійної спроможності (кар'єрна самоефективність), мотивацію професійної діяльності, задоволеність діяльністю. Оскільки кар'єру розглядаємо в контексті життя загалом, ще одним психодіагностичним критерієм дослідження є рівень задоволеності соціальними досягненнями.

Відповідно до виокремлених критеріїв успішності акторів, підібрано такі методи дослідження: методика професійного самоздійснення О. Кокун, яка дає змогу через рівень професійного самоздійснення, рівні внутрішньо-професійного й зовнішньо-професійного самоздійснення дослідити професійну самореалізацію [2]; методика К. Замфір «Мотивація професійної діяльності», спрямована на вивчення домінуючого мотиваційного комплексу особистості (поєднання внутрішньої мотивації, зовнішньої позитивної та зовнішньої

негативної мотивації) і конкретних мотивів трудової діяльності; методика Н. Фетіскіна «Інтегральна задоволеність працею» [8, с. 470–473]; методика Н. Бетц «Кар’єрна самоефективність» (адаптація Д. Бондаренко, Є. Могильовкіна) [11], де передбачено дослідження рівня вияву таких шкал, як «самооцінка», «кар’єрне цілепокладання», «кар’єрне планування», «здатність вирішувати кар’єрні проблеми», «професійна поінформованість»; методика Л. Вассермана «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» (модифікація В. Бойко) [5].

У вибірку дослідження ввійшли 101 актор із різних міст України [7].

Один із ключових суб’єктивних критеріїв успішності кар’єри є професійна самореалізація, яка вивчалася на основі дослідження професійного самоздійснення. Згідно з результатами емпіричного дослідження, виявлено, що серед акторів переважає вище середнього та високий рівень професійного самоздійснення. Варто відмітити, серед жінок домінує вище середнього рівень професійного самоздійснення (54% опитаних актрис) і середній рівень (32% відповідно), серед чоловіків-акторів – високий рівень (47%) і вище середнього (37%).

Серед показників внутрішньо професійного рівня професійного самоздійснення акторів найвищого рівня вияву отримали потреба в постійному самовдосконаленні (9,52), потреба в постійній постановці нових професійних цілей (9,27) і формування власного «життєво-професійного простору» (8,62). Найменше середнє значення отримав показник – наявність проекту власного професійного розвитку (7,48). Серед показників зовнішньо професійного рівня професійного самоздійснення переважають розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії

(9,13), вияв високого рівня творчості в професійній діяльності (8,73), визнання досягнень фахівця професійними співтовариствами (8,32); найменше представлений показник використання професійного досвіду та здобутків іншими (7,24). Разом із тим варто відмітити, що всі внутрішньо професійні й зовнішньо професійні показники професійного самоздійснення мають досить високі середні значення, що свідчить про професійну самореалізацію опитаних акторів (див. таблицю 1).

Аналіз результатів дослідження мотивації професійної діяльності показав, що актори більшою мірою задоволені вибраною професією. Серед опитаних виявлено 50% респондентів, у яких мотиваційний комплекс виявляє домінування внутрішньої мотивації над зовнішньою позитивною мотивацією, а остання, у свою чергу, домінує на зовнішньою негативною мотивацією (ВМ>ЗПМ>ЗНМ). Варто звернути увагу й на 6% акторів, у яких внутрішня мотивація прирівнюється до зовнішньої позитивної мотивації та переважає над зовнішньою негативною мотивацією (ВМ=ЗПМ>ЗНМ). Це свідчить, що актори із цими мотиваційними комплексами обрали свою професійну діяльність заради неї самої, а не заради зовнішніх нагород. Професія актора – це і є мета, а не засіб її досягнення цілей. У 15% опитаних переважає внутрішня мотивація, але спостерігається перевага зовнішньої негативною мотивації над зовнішньою позитивною мотивацією. У 15% респондентів переважає зовнішня позитивна мотивація над внутрішньою та зовнішньою негативною мотиваціями. У 2% респондентів спостерігаємо баланс між усіма трьома мотиваціями. У 9% опитаних переважає внутрішня мотиваціями, при цьому зовнішня позитивна й зовнішня

Таблиця 1

Показники внутрішньо професійного й зовнішньо професійного рівнів професійного самоздійснення

Середнє значення	Показники внутрішньо професійного рівня професійного самоздійснення					Показники зовнішньо професійного рівня професійного самоздійснення				
	Потреба в професійному вдосконаленні	Наявність проекту власного професійного розвитку	Переважаюче задоволення власними професійними досягненнями	Постійна постановка нових професійних цілей	Формування власного «життєво-професійного простору»	Досягнення поставлених професійних цілей	Визнання досягнень фахівця професійним співтовариством	Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями	Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії	Вияв високого рівня творчості в професійній діяльності
Жінки	9,66	7,5	7,86	9,24	9,1	7,86	8,24	7,12	9,26	8,9
Чоловіки	9,39	7,45	7,65	9,29	8,16	8,06	8,39	7,35	9	8,57
Разом	9,52	7,48	7,75	9,27	8,62	7,96	8,32	7,24	9,13	8,73

негативна мотивація знаходяться в балансі. У 2% опитаних переважає зовнішня негативна мотивація, а внутрішня та зовнішня позитивна мотивація знаходяться в балансі.

Аналіз мотивів професійної діяльності виявив, що 76% жінок-акторок і 82% чоловіків-акторів умотивовані отриманням грошового заробітку, 90% акторок і 88 акторів умотивовані прагненням до просування по кар'єрних сходах, 70% жінок і 51% чоловіків умотивовані прагненням уникнути критики з боку керівника або колег, 72% жінок і 72% чоловіків умотивовані прагненням уникнути можливих покарань або неприємностей, 88% жінок і 86% чоловіків умотивовані потребою в досягненні соціального престижу та поваги з боку інших, 96% жінок і 100% чоловіків умотивовані задоволенням від самого процесу й результату роботи, 90% жінок і 94% чоловіків умотивовані можливістю найбільш повно самореалізуватися саме в цій діяльності.

Узагальнення результатів дослідження мотивації професійної діяльності акторів показує, що переважає внутрішній тип мотивації в 74%, тобто зміст праці приносить задоволення. На другому місці для опитуваних знаходиться зовнішня позитивна мотивація – 21%. Різниця між внутрішньою та зовнішньою позитивною мотиваціями полягає в тому, що опитуваних цікавить оцінка професійної діяльності, тобто похвала, матеріальне заохочення, винагорода тощо. На третьому місці знаходиться зовнішня негативна мотивація, яка становить 3%. Четверте місце займає баланс між усіма типами мотивацій – 2%, який можна також віднести до негативних комплексів мотивації, коли людина знаходиться під впливом задоволеності від змісту роботи, від винагороди й зовнішніх негативних факторів. Серед основних мотивів професійної діяльності переважають мотиви задоволення діяльністю, самореалізації, досягнення соціального престижу, розвитку кар'єри та матеріального достатку.

Важливим критерієм успішності кар'єри є задоволеність діяльністю. Задоволеність працею є суб'єктивним показником успіху чи неуспіху в професійній діяльності.

Дані таблиці 2 свідчать, що майже всі актори характеризуються високим рівнем задоволеності працею загалом. Більшості опитуваним властиві високі рівні задоволеності досягненнями в роботі (90% чоловіків і 88% жінок), інтересу до роботи, взаєминами зі співробітниками, з керівництвом, умовами праці. Разом із тим помітні деякі гендерні відмінності в показниках складників високого рівня задоволеності працею. Скажімо, жінки більше задоволені взаєминами зі співробітниками (90%, чол. – 80%), умовами праці (84%, чол. – 71%), менше задоволені інтересом до роботи (64%, чол. – 75%). Варто відмітити, що серед жінок-акторок переважає середній рівень задоволеності щодо рівня вимог у професійній діяльності, достатньо представлений і низький рівень. Серед чоловіків-акторів цей складник задоволеності працею представлено практично однаково як низьким, так і середнім і високим рівнем задоволеності. Варто звернути увагу на те, що акторам характерний середній рівень задоволеності професійною відповідальністю. Тобто опитуваним акторам притаманне домінування високих рівнів складників задоволеності працею, окрім рівня вимог у професійній діяльності й професійної відповідальності.

Згідно з аналізом результатів дослідження, виявлено, що серед акторів переважає середній рівень кар'єрної самоефективності та її складників (професійна поінформованість, самооцінка, кар'єрне цілепокладання, кар'єрне планування, здатність вирішувати кар'єрні проблеми). Так, за шкалою «професійна поінформованість» переважає середній рівень вираженості – 62%, 28% – низький рівень, тільки 10% – високий рівень. Проінформованими про успіх у кар'єрі є незначна кількість акторів. Для досягнення успішності в кар'єрі необхідно збільшити потік інформації в цю сферу.

Таблиця 2

Показники складників задоволеності працею акторів

Складники задоволеності працею	Рівні задоволеності працею					
	Низький, %		Середній, %		Високий, %	
	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.
Інтерес до роботи	4	0	22	36	75	64
Задоволеність досягненнями в роботі	4	8	6	4	90	88
Задоволеність взаєминами зі співробітниками	2	2	18	8	80	90
Задоволеність відносинами з керівництвом	12	12	24	22	65	66
Рівень вимог у професійній діяльності	33	34	31	44	35	22
Перевага роботи, яку виконуєш, високому заробітку	20	10	29	38	51	52
Задоволеність умовами праці	4	4	25	12	71	84
Професійна відповідальність	24	18	49	56	27	26
Загальна задоволеність працею	0	2	2	2	98	96

Шкала «самооцінка» констатує, що лише 6% респондентів високо оцінюють свої здібності та свої успіхи, 28% низько оцінює свою кар'єрну самоефективність. Для 66% акторів властивий середній рівень самооцінки власних акторських здібностей. Це свідчить про те, що актори оцінюють власну професійну діяльність і власні здобутки в ній із сумнівом через недостатність досвіду, через стресові ситуації тощо.

Серед опитуваних переважає середній рівень (60%) ефективності щодо визначення кар'єрних цілей, у 25% виявлено низький рівень. Тільки 15% респондентів мають високий рівень самоефективності щодо кар'єрного цілепокладання.

Опитуваним характерний середній рівень самоефективності щодо кар'єрного планування (57%), для 32% – низький рівень, і тільки в 11% акторів виявлено високий рівень. Кар'єрне планування передбачає не тільки постановку кар'єрних цілей, а й розуміння способів і шляхів їх досягнення, визначення часових рамок. Як бачимо, акторам варто розвивати навички кар'єрного планування.

Шкала «здатність вирішувати кар'єрні проблеми» дала змогу виявити, що 15% акторів мають високий рівень самоефективності, а отже, успішно вирішують свої кар'єрні проблеми, долають труднощі розвитку кар'єри. У 33% опитуваних низький рівень самоефективності, що дає можливість говорити про невпевненість у своїх силах. Практично в половині респондентів (52%) виявлено середній рівень самоефективності щодо здатності вирішувати кар'єрні проблеми.

Поняття кар'єри розглядаємо крізь призму життя особистості, відповідно, важливим критерієм успішності кар'єри акторів є показник загальної задоволеності життям або соціальної фрустрованості.

Виявлено, що в 3% опитаних відсутня (майже відсутня) фрустрованість, у 61% – дуже низький рівень фрустрованості, у 27% – понижений рівень фрустрованості, у 7% – невизначений рівень фрустрованості, у 2% – помірний рівень фрустрованості. Як бачимо, у більшості опитуваних низький рівень соціальної фрустрованості, що свідчить про домінування задоволеності життям і соціальними досягненнями. Середній індекс рівня соціальної фрустрованості в усій вибірці респондентів становить 1,33, тобто дуже низький рівень фрустрованості.

Детальніший аналіз рівнів фрустрованості в різних сферах життя дав змогу виявити дуже низький рівень соціальної фрустрованості (на рівні або «повністю задоволений», або «скоріше задоволений») практично за всіма показниками, крім задоволеності матеріальним становищем (69% незадоволених), жит-

лово-побутовими умовами (59%), сферою послуг і побутового обслуговування (49%), станом речей у суспільстві (державі) (95%), сфери медичного обслуговування (79%).

Отже, саме питання про матеріальне становище, житлово-побутові умови, сферу медичного обслуговування, сферу послуг і побутового обслуговування, стан речей у суспільстві викликають певну незадоволеність в акторів.

Висновки з проведеного дослідження. Досліджено, що загалом акторам характерна професійна самореалізація, яка виявляється в домінуванні вище середнього та певною мірою високого рівнів професійного самоздійснення. Серед показників внутрішньо-професійного рівня професійного самоздійснення домінують потреба в професійному вдосконаленні, постійна постановка професійних цілей, формування власного життєво-професійного простору. Найменш вираженим виявився показник наявності проекту власного професійного розвитку. Серед показників зовнішньо-професійного рівня самоздійснення найбільше виражені розкриття особистісного потенціалу й здібностей у професії, вияв високого рівня творчості в професійній діяльності, менше – використання професійного досвіду іншими фахівцями.

Результати дослідження мотивації вказують, що серед акторів переважає внутрішня мотивація та зовнішня позитивна мотивація. Серед мотивів професійної діяльності переважають мотиви задоволення діяльністю, самореалізації, досягнення соціального престижу, розвитку кар'єри й матеріального достатку.

Досліджено, що опитуваним характерний середній рівень професійної самоефективності. Серед показників професійної самоефективності варто звернути увагу на планування кар'єри та здатність вирішувати професійні завдання, які набрали нижчих значень.

Виявлено, що опитувані суттєво задоволені більшістю своєю діяльністю, зокрема такими показниками, як досягнення в роботі, взаєминами зі співробітниками, а також інтересом до роботи й умовами праці. Середній рівень задоволення в чоловіків і жінок такими показниками, як рівень вимог до професійної діяльності та професійна відповідальність.

Установлено, що респонденти виявляють низький рівень соціальної фрустрованості, тобто загалом вони задоволені життям, окрім соціально-економічними показниками – матеріальним становищем, житлово-побутовими умовами, сферою послуг і побутового обслуговування, станом речей у суспільстві, сфери медичного обслуговування.

Варто відмітити, що до проблемних аспектів критеріїв успішності кар'єри акторів можна віднести деякі труднощі кар'єрного планування та здатності вирішувати кар'єрні

проблеми, недостатній рівень задоволеності професійною відповідальністю й рівнем вимог у професійній діяльності. При домінуванні високих показників професійного самоздійснення, задоволеності діяльністю, внутрішньої мотивації, задоволеності життям загалом і середнього рівня кар'єрної самоефективності прослідковується певна незадоволеність матеріальним становищем, житлово-побутовими умовами. Тобто можна стверджувати про певну неузгодженість суб'єктивних критеріїв успішності кар'єри, яким характерний високий рівень задоволеності, й об'єктивних, зокрема матеріальних, які викликають певне невдоволення акторів.

Перспективи подальших наукових пошуків – дослідження гендерних аспектів розвитку кар'єри акторів, зокрема впливу гендерно-рольового конфлікту на кар'єрний розвиток акторів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Капіца В.Ф. Творча самореалізація та успіх у професійній діяльності. Кривий Ріг : Видав. центр ДВНЗ «КНУ», 2015. Книга 3. 745 с.
2. Кокун О.М. Опитувальник професійного самоздійснення. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 7. С. 35–39. URL: https://lib.iitta.gov.ua/6069/1/%D0%9A%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BD_2014.pdf (дата звернення: 10.09.2019).
3. Лозовецька В. Методологічні підходи до формування кар'єри майбутніх фахівців. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Серія «Професійна педагогіка»* : збірник наук. праць. Вип. 8. Київ : «НВП Поліграфсервіс», 2014. С. 21–28.
4. Лозовецька В.Т. Професійна кар'єра особистості в сучасних умовах: монографія. Київ : Інститут професійно-технічної освіти НАПН України, 2015. 279 с.
5. Методика рівня соціальної фрустрованості Л. Вассермана (модифікація Бойко). URL: http://umanpedcollege.at.ua/psuh/stud2/diagnostika_rivnja_socialnoji_frustrovanosti.pdf (дата звернення: 15.02.2020).
6. Побудова кар'єри : навчально-методичний посібник / О.В. Мельник, О.Л. Морін, Л.А. Гуцан, І.І. Ткачук, О.М. Пархоменко, З.В. Охріменко, Т.С. Попова, М.В. Лузан ; за ред. О.В. Мельника. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 172 с.
7. Пронь Л.М. Вплив гендерно-рольового конфлікту на успішність кар'єри акторів : дипломна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти (рукопис). Івано-Франківськ, 2020. 139 с.
8. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Изд-во Института психотерапии, 2002. 490 с.
9. Чуйко О.М., Куравська Н.В. Гендер і кар'єра : навчальний посібник / ДВНЗ «Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ : Супрун В.П., 2019. 364 с.
10. Patton, Wendy, McMahon, Mary. Career Development and Systems Theory. Connecting Theory and Practice. 3rd Edition / SENSE PUBLISHERS, 2014. 476 p.
11. Betz N.E., Klein K., Taylor K.M. Evaluation of a Short Form of the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*. 1996. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/106907279600400103> (дата звернення: 15.02.2020).

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МОЛОДИХ МАТЕРІВ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT IN YOUNG MOTHERS

У статті розглядаються психологічні особливості емоційного вигорання молодих матерів. Викладено теоретичні основи дослідження. Зокрема, описано погляди науковців на сутність феномену «емоційне вигорання» у системі споріднених понять, а також на його психологічні особливості. Розглянуто структурно-динамічні показники розвитку зазначеного феномену. Також зазначено компоненти та основні симптоми синдрому емоційного вигорання, що стосуються материнства. Окреслено компонентний акцент кожної фази емоційного вигорання матері. Проведене авторами дослідження психологічних особливостей емоційного вигорання молодих матерів дозволило визначити підсумковий показник та показники сформованості за кожною з фаз (напруга, резистенція, виснаження), найбільш і найменш сформовані його симптоми та визначити ступінь домінування кожного симптому. Встановлено рівень сформованості симптомів у кожній групі матерів (високий, середній та низький рівні). Також здійснено розподіл матерів за субшкалами (емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція батьківських досягнень) і встановлено ступінь вираженості останніх залежно від рівня емоційного вигорання досліджуваних. Основна увага приділяється порівнянню показників сформованості емоційного вигорання матерів та виразності типу акцентуації характеру досліджуваних. Визначено та описано відповідність між рівнем емоційного вигорання матерів та усвідомленням свого стану, проблем, особливостей через суб'єктивну оцінку себе, через оцінку своїх взаємин з власними дітьми. Встановлено взаємозалежності між рівнем емоційного вигорання та особистісними особливостями матерів, тобто вираженими рисами характеру, уявленнями про себе, про свої можливості і труднощі, а також особливостями побудови взаєностосунків «батько – дитина».

Ключові слова: емоційне вигорання, рівні сформованості вигорання, симптоми та

фази вигорання, молоді матері, емоційне вигорання матерів.

The paper reveals the psychological features of emotional burnout in young mothers. Theoretical bases of the research reflect the views of scientists on the essence of the phenomenon of "emotional burnout" in the system of the related concepts and the respected psychological features. The structural and dynamic indicators of the development of this phenomenon are considered in the research. Also, the key components and symptoms of emotional burnout syndrome related to motherhood have been diligently studied, the component accent of each phase of emotional burnout in young mother has been outlined. The authors' study allows to determine the final indicator and indicators of formation in each of the phases, e.g. stress, resistance, exhaustion; the most and least formed symptoms and the degree of dominance of each symptom. The level of symptoms has been estimated, in particular, in each group of mothers: with high, medium and low levels of emotional burnout. The distribution of mothers on subscales (emotional exhaustion, depersonalization, reduction of parental achievements) has also been carried out and the degree of expression of the latter depending on the level of emotional burnout of the subjects has been established. The main attention of the researcher is paid to the comparison of indicators of formation of emotional burnout in mothers and the expressiveness of the type of accentuation of the nature of the subjects. The correspondence between the level of emotional burnout in mothers and the awareness of their states, problems, features by means of subjective self-assessment, assessment of their relationships with their own children has been determined and described. The interdependencies between the level of emotional burnout and personal characteristics of mothers: distinct traits of character, ideas about themselves, their capabilities and difficulties, as well as the peculiarity of patterns of parent-child relationship.

Key words: emotional burnout, levels of burnout formation, symptoms and phases of burnout, young mothers, emotional burnout of mothers.

УДК 159.94
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.29>

Шевченко О.М.

к.психол.н.,
викладач кафедри психології
розвитку та консультування
Тернопільський національний
педагогічний університет імені
Володимира Гнатюка

Стечишин Е.М.

магістр психології

Для кожної жінки народження дитини є особливою, важливою подією, що змінює її життя, стосунки у сімейній, побутовій, професійній та особистісній сферах. Життя матері наповнюється новими обов'язками, фізичними навантаженнями й емоційними переживаннями. Дія численних як об'єктивних, так і суб'єктивних стресогенних чинників материнства викликає накопичення у жінки втоми, що може призвести до її виснаження і, як наслідок, емоційного вигорання. З огляду на це вивчення особливостей та наслідків емоційного вигорання у матерів набуває особливої актуальності. Рання діагностика, профілактика та корекція емоційного вигорання можуть

попередити його виникнення у матерів і допомогти в припиненні розпочатого процесу, а також сприяти попередженню деформацій особистості не тільки матері, але й дитини.

Мета статті – описати результати емпіричного дослідження психологічних особливостей емоційного вигорання у жінок – молодих матерів.

У наукових джерелах емоційне вигорання розглядається як складне явище, що найчастіше пов'язується зі стресом на роботі. В. Слабінський пропонує використовувати термін «феномен особистісної деформації», що поєднує терміни «вигорання» та «згорання»: «<...>термін "burnout" можна перекласти

з англійської як «вигорання». Водночас слово “burn” означає «згорання», але ці терміни не є синонімами. Вигорілий – це той, що зберіг зовнішню оболонку, форму, але втратив зміст, сутність, тобто внутрішньо трансформувався. Згорілий – це той, що перетворився на попіл, зник» [4, с. 182].

Дослідники Р. Герріг, Ф. Зімбардо, В. Орел, Т. Ронгінська, М. Скугаревська говорять про феномен вигорання як про фізичне, психічне або емоційне виснаження, втрату мотивації і відповідальності. Є. Ільїн визначає емоційне вигорання як синдром емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження продуктивності. Л. Китаєв-Смик вважає зазначений синдром хворобою спілкування, наслідком душевної перевтоми.

Сучасні зарубіжні дослідження підтверджують, що вигорання своїм витоком має саме професійний стрес. Термін почав поширюватися у роботах Г. Сельє. У його концепції стресом пояснювали всі випадки дезадаптації особистості або негативні зміни у житті людини. Також поширеною є думка (наприклад, А. Шира та Е. Грунфелда) про те, що вигорання є окремим аспектом стресу, реакцією на хронічний стрес. При цьому акцентується увага на сфері міжособистісних відносин. У такому разі складники емоційного вигорання – емоційне виснаження (переживання спустошеності і безсилля), деперсоналізація (прояви черствості, безсердечності, цинізму і грубості), редукція персональних досягнень (заниження власних досягнень, втрата сенсу та бажання вкладати особистісні зусилля), яка розвивається у часі, є результатами дії різноманітних стресорів, що перевищують адаптаційні можливості людини з подолання стресу [3, с. 196]. Отже, емоційне вигорання у первинних дослідженнях визначається як результат процесу адаптації до стресу та має ознаки незадовільної адаптації у стресогенних умовах.

Н. Грішина вважає, що розвиток емоційного вигорання не обмежується професійним середовищем та проявляється у різних життєвих ситуаціях людини. В. Бойко також вказує на його функціональність, яка дозволяє більш економно витратити психічну енергію, та деструктивні наслідки. На його думку, феномен емоційного вигорання – це «вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій (зниження їх енергетики) у відповідь на певні психотравмуючі дії», який виникає, зокрема, через хронічну напружену емоційну діяльність та інтенсивне спілкування, що пов'язані з неблагополучною атмосферою [2, с. 6]. Дослідник відносить емоційне вигорання до однієї з форм деформації особистості та розглядає розвиток емоційного вигорання у вигляді трифазного процесу (фази

напруження, резистенції та виснаження). Генеза синдрому вигорання має індивідуальний характер, що визначається відмінностями в емоційно-мотиваційній сфері, а також умовами, у яких протікає діяльність індивіда.

У процесі взаємодії з дитиною жінка неминує стикається з різними видами тимчасових труднощів. Фізичне, розумове та емоційне перевантаження може призводити до виснаження, сприяти розвитку негативної самооцінки й байдужого ставлення до дитини, деперсоналізації. Іншими словами, цей стан виникає в моменти, коли жінка протягом тривалого часу витрачає свою емоційну енергію і при цьому не має часу і можливості для того, щоб її заповнити. Емоційне вигорання матері є особливою формою дезадаптації, яка веде до зниження якості догляду за дитиною, втрати інтересу до неї та до самого процесу виховання.

Г. Філіппова [5] пропонує такий перелік основних симптомів синдрому емоційного вигорання, які стосуються материнства: 1) фізичні; 2) емоційні; 3) інтелектуальні; 4) соціальні (рис. 1).

Привертає увагу підхід Л. Базалевої. Авторка стверджує, що кожній фазі емоційного вигорання матері властивий свій компонентний акцент: у фазі напруги домінують симптоми когнітивного компонента (усвідомлення проблем), у фазі резистенції переважають симптоми афективного компонента (вибірковість емоційного реагування, розширення сфери економії емоцій), у фазі виснаження переважають симптоми психосоматичних порушень, а симптоми конативного компонента супроводжують всі фази емоційного вигорання [1].

На думку Л. Базалевої, феномен емоційного вигорання матері включає чотири компоненти: 1) афективний (агресія, злість, дратівливість, образи на дитину); 2) конативний (часті покарання, «відштовхування» дитини, крик, докори, мовчання); 3) когнітивний (зниження інтелектуальної працездатності, неможливість зосередитися, погіршення пам'яті та уваги); 4) соматичний (постійна втома, загальне нездужання, нездатність відпочити під час сну).

Порівняльний аналіз діяльності матері та педагога мають дуже подібні аспекти, які сприяють виникненню синдрому емоційного вигорання. Проте безперервний характер та більша емоційна залученість в «роботу», відсутність «кар'єрного зростання» або видимих показників успішності материнської діяльності створюють особливу й відмінну від професійної ситуацію. Коли педагог завжди має «запасний вихід» у вигляді звільнення, зміни виду діяльності, мати залишається «заручником» свого становища (не розглядаємо крайні випадки асоціальної поведінки).

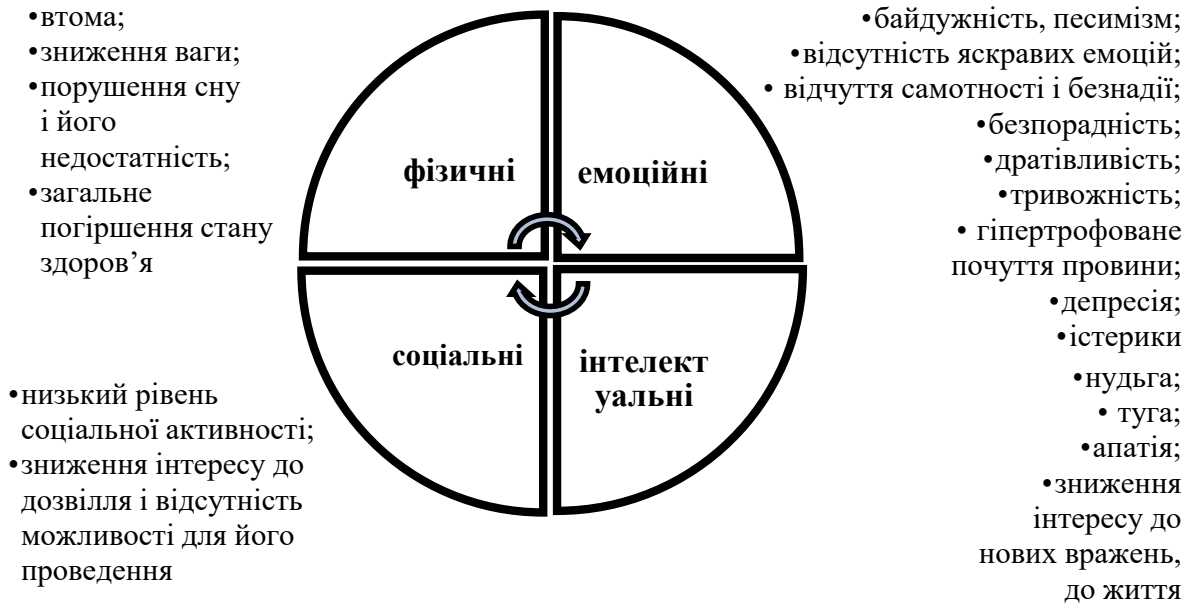


Рис. 1. Симптоми вигорання у матерів

У здійсненому нами дослідженні психологічних особливостей емоційного вигорання у жінок взяло участь 70 осіб – жінок-матерів, діти яких відвідують ясельні та молодші групи. Вік дітей – у межах від 2 до 4 років, а вік матерів – від 23 до 42 років. Вибірка дослідження була сформована на добровільній основі із дотриманням конфіденційності особистих даних.

Узагальнення даних, отриманих за «Методикою діагностики емоційного вигорання» В. Бойка, показало, що вибіркоче середнє значення підсумкового показника сформованості вигорання у вибірці в цілому склало 127,05 балів із 360 максимально можливих. Водночас вираження показників свідчить про несформованість фази напруги (33,78 б.), початковий етап формування фази виснаження (38,97 б.) та завершальний етап формування фази резистенції (54,22 б.) (див. табл. 1).

Подальший аналіз отриманих даних засвідчив домінування у структурі вигорання досліджуваних фази «резистенція» (сформована у 38,57% матерів, у 44,29% перебуває на етапі формування), якій властиве надмірне емоційне виснаження, опір наростаючому стресу, свідоме чи несвідоме прагнення суб'єкта до психологічного комфорту, зниження тиску зовнішніх впливів за допомогою наявних у нього засобів. Наступні позиції посідають такі фази: фаза «виснаження» (сформована у 14,29% досліджуваних, у 34,29% перебуває на стадії формування), яка характеризується зниженням загального енергетичного тону, ослабленням нервової системи, психофізичною перевтомою, порушенням комунікації,

розвитком цинічного ставлення до дітей, членів родини, психосоматичними порушеннями; фаза «напруга» (сформована у 12,85% досліджуваних, у 28,57% перебуває на стадії формування), якій притаманні відчуття емоційного виснаження, хронічної втоми, байдужості.

Високий рівень вигорання (далі – ВРВ) виявлено у 18,57% опитаних, середній (далі – СРВ) – у 42,86%, низький (далі – НРВ) – у 38,57% (табл. 2).

Фаза «резистенція» у групі досліджуваних з ВРВ сформована у 84,62% опитаних, у решти – 15,38% – на етапі формування; фаза «виснаження» – у 69,23%; фаза «напруга» – у 53,84% (рис. 2). У групі з СРВ резистенція сформована у 46,67%; у 43,34% – на стадії формування; виснаження – у 6,67%, напруга – у 6,67% (рис. 2). У групі з НРВ фази напруги та виснаження є несформованими, резистенція сформована у 7,41%, а у 55,55% опитаних вона перебуває на етапі формування.

Найменш сформованими є два симптоми фази «напруга» – невдоволення собою (домінує у 4,29% досліджуваних) та загнаність у кут (домінує у 8,57%), які виявляються у відчутті безвиході, бажанні змінити середовище проживання, рід діяльності, відпочинку.

Аналіз даних (табл. 1) також засвідчив, що психологічний захист у процесі вигорання починається на фоні: неадекватного й вибіркового емоційного реагування (симптом домінує у 35,71% досліджуваних, у 52,85% він сформований); редукції обов'язків (симптом домінує у 35,71% досліджуваних, у 45,71% він сформований); розширення сфери економії емоцій (симптом домінує у 24,29%

Таблиця 1

Розподіл досліджуваних за структурно-динамічними показниками вигорання (n=70)

№	Симптоми та фази вигорання	Рівні сформованості вигорання та його компонентів, %			Домінування симптому, %
		високий (сформоване)	середній (на стадії формування)	низький (несформоване)	
1	Переживання психотравмуючих обставин	28,57	24,29	47,14	13,57
2	Невдоволення собою	5,71	18,57	75,72	4,29
3	Загнаність у кут	12,86	17,14	70,00	8,57
4	Тривога і депресія	21,43	25,71	52,86	14,28
I	Фаза «напруга»	12,85	28,57	58,58	-
1	Неадекватне вибіркове емоційне реагування	52,86	30,00	17,14	35,71
2	Емоційно-моральна дезорієнтація	30,00	25,71	44,29	14,29
3	Розширення сфери економії емоцій	35,71	22,86	41,43	24,29
4	Редукція обов'язків	45,72	28,57	25,71	35,71
II	Фаза «резистенція»	38,57	44,29	17,14	-
1	Емоційний дефіцит	21,42	32,86	45,72	11,43
2	Емоційне відчуження	22,85	30,00	47,14	12,86
3	Особистісне відчуження	15,71	22,85	61,44	10,00
4	Психосоматичні та психовегетативні порушення	20,00	24,29	55,71	14,29
III	Фаза «виснаження»	14,29	34,29	51,42	-
Підсумковий показник сформованості вигорання		18,57	42,86	38,57	-

Таблиця 2

Розподіл досліджуваних за сформованістю фаз вигорання та їх компонентів, % (n=70)

Симптоми та фази вигорання	Групи досліджуваних з різними рівнями вигорання								
	з високим рівнем n=13 (18,57%)			з середнім рівнем n=30 (42,86%)			з низьким рівнем n=27 (38,57%)		
	Рівень сформованості симптому/фази								
	сф	нсф	нс	сф	нсф	нс	сф	нсф	нс
Переживання психотравмуючих обставин	76,92	15,38	7,7	30,00	36,67	33,33	7,41	37,04	55,55
Невдоволення собою	15,38	46,15	38,47	6,67	20,00	73,33	0	3,71	96,29
Загнаність у кут	30,77	23,08	46,15	13,33	23,33	63,34	3,71	7,41	88,88
Тривога і депресія	61,54	23,08	15,38	23,33	33,33	43,34	0	3,71	96,29
Фаза «напруга»	53,84	38,47	7,7	6,67	46,67	46,66	0	3,71	96,29
Неадекватне вибіркове емоційне реагування	76,92	15,38	7,7	60,00	33,33	6,67	33,33	37,04	29,63
Емоційно-моральна дезорієнтація	46,15	21,18	30,77	36,67	26,67	36,67	14,81	25,93	59,26
Розширення сфери економії емоцій	69,23	23,08	7,7	43,34	26,67	30,00	7,41	14,81	77,78
Редукція обов'язків	69,23	23,08	7,7	56,67	26,67	16,67	22,22	37,04	40,74
Фаза «резистенція»	84,62	15,38	0	46,67	43,34	10,00	7,41	55,55	37,04
Емоційний дефіцит	46,15	38,47	15,38	26,67	36,67	36,67	7,41	25,93	66,66
Емоційне відчуження	61,54	23,08	15,38	23,33	40,00	36,67	7,41	25,93	66,66
Особистісне відчуження	53,84	38,47	7,7	10,00	30,00	60,00	3,71	7,41	88,88
Психосоматичні і психовегетативні порушення	46,15	46,15	7,7	16,67	30,00	53,33	3,71	14,81	81,48
Фаза «виснаження»	69,23	30,77	0	6,67	60,00	33,33	0	7,41	92,59

Примітки: сф – синдром/фаза сформований/а, нсф – на стадії формування, нс – не сформований/а.

досліджуваних, у 35,71% він сформований), що виявляється в емоційній замкнутості, відчуженні, бажанні припинити будь-які комунікації; переживання психотравмуючих обставин (симптом домінує у 13,57% опитаних, у 28,57% він сформований), за якого умови виховання дітей, міжособистісні стосунки з чоловіком, родиною сприймаються як психотравмуючі; емоційно-моральної дезорієнтації (симптом домінує у 14,29%, у 30% він сформований), що супроводжується розвитком байдужості до дитини; психосоматичних порушень (симптом домінує у 14,29%, у 20% він сформований), що виявляється у погіршенні фізичного самопочуття, розладах сну, головному болю, проблемах з артеріальним тиском, шлункових розладах, загостренні хронічних захворювань тощо. Як бачимо, чотири домінуючих симптоми є складовими частинами фази «резистенція».

Зі зростанням рівня емоційного вигорання (табл. 2) підвищуються показники таких симптомів, як: неадекватне вибіркоче емоційне реагування (домінує у 69,23% досліджуваних з ВРВ і у 40% із СРВ), редукція обов'язків (у 61,54% і 43,33%), розширення сфери економії емоцій (у 53,84% і 30%) фази «резистенція», що виявляється в емоційній замкнутості, відчуженні, бажанні припинити будь-які комунікації; переживання психотравмуючих обставин фази «напруга», що проявляється у гіпертрофованому переживанні стресогенних обставин (у 46,15% і 26,67%); тривога і депресія (у 30,77% та 20%) фази «напруга», що вказує на тривожність у вихованні дитини та стосунках з нею, депресивні настрої; емоційно-моральна дезорієнтація (у 15,38% та 23,33%) фази «резистенція», що вказує на розвиток байдужості у матерів.

У групі досліджуваних з НРВ також домінують такі симптоми фази «резистенція»: редукція обов'язків (22,22%), неадекватне вибіркоче емоційне реагування (18,52%), емоційно-моральна дезорієнтація (14,81%), розширення сфери економії емоцій (11,11%). Симптом невдоволення собою домінує у 7,7% матерів з ВРВ та у 3,33% матерів з СРВ, у матерів з НРВ він не був виявлений.

Отже, матерям з ВРВ і СРВ (а це 61,43% досліджуваних) властиві: тривожно-депресивна симптоматика, пов'язана з доглядом та вихованням дітей за відсутності задоволення цим процесом; усвідомлення психотравмуючих чинників такої діяльності; зниження контактів поза сім'єю на фоні загальної напруги та виснаження; спустошення, цілковита чи часткова втрата інтересу до дітей та родичів; відхилення в соматичних і психічних станах; почуття безвиході, порушення стосунків, цинічне ставлення до дитини, чоловіка та інших членів сім'ї; емоційна нечутливість на фоні перевиснаження; мінімізація емоційного внеску; автоматичне виконання обов'язків тощо.

Застосування «Методики дослідження вигорання батьків» І. Єфімової також дало змогу розподілити матерів за фазами вигорання («емоційне виснаження», «деперсоналізація», «редукція батьківських досягнень») та віднести їх до трьох груп: 1) з низьким рівнем вигорання («невигорілі») – 34,29%; 2) з середнім рівнем вигорання (частково «вигорілі») – 44,29%; 3) з високим рівнем вигорання («вигорілі») – 21,42% (табл. 3).

Аналізуючи отримані результати, бачимо, що за всіма фазами вигорання «вигорілі» матері мають високі показники за всіма субшкалами. Показники частково «вигоріліх» матерів відповідають середнім значенням оцінки рівнів вигорання за такими субшкалами: емоційне виснаження = 23,6 б.; редукція батьківських досягнень = 33,1 б. Лише деперсоналізація відповідає низькому рівню (5 б.), що свідчить про позитивне ставлення до дітей, до їх почуттів і переживань. Середні показники «невигоріліх» матерів повністю відповідають низькому рівню за усіма субшкалами.

Для вивчення характеристик індивідуально-типологічного компоненту було обрано «Методику визначення типу акцентуацій рис характеру» К. Леонгарда і Х. Шмішека, що дозволила встановити певний тип акцентуації характеру досліджуваних, виразність окремих рис характеру та їх поєднань. Розглянемо результати за даною методикою (табл. 4).

У нашій вибірці переважають представники гіпертимного, емотивного, тривожного і демонстративного типів акцентуації характеру. При цьому представники емотивної акцентуації характеру складають більшість: 17 респондентів з 70, що становить 24,29% від загального числа досліджуваних.

Результати зіставлення особливостей акцентуації рис характеру та рівня сформованості емоційного вигорання подаємо на рисунку 2.

Як бачимо, жінкам з високим рівнем вигорання притаманні демонстративний, тривожний, емотивний типи акцентуацій характеру. Молодих матерів з емотивним типом акцентуації характеру (53,85%) вирізняє підвищена чутливість та глибина переживань. Матері з демонстративним типом акцентуації (15,38%) мають потребу в увазі оточуючих та марнославстві. Тривожні жінки (30,77%) мають схильність до страху за дитину, нерішучості, сором'язливості. У групі досліджуваних з середнім рівнем вигорання є жінки із емотивним (33,33%), збудливим (3,33%), демонстративним (20%), застрягаючим (10%), педантичним (10%), тривожним (10%), циклотимним (6,67%), екзальтованим (3,33%), дистимним (3,33%) типами акцентуацій. У групі досліджуваних з низьким рівнем є жінки з гіпертимним (33,33%), збудливим (14,81%), застрягаючим

Таблиця 3

**Середні значення показників за «Методикою дослідження вигорання батьків»
І. Єфімової (n=70)**

Субшкали	«Невигорілі», низький рівень, n=24, 34,29%	«Частково вигорілі», середній рівень, n=31, 44,29%	«Вигорілі», високий рівень, n=15, 21,42%
Емоційне виснаження	13,5	23,6	35,7
Деперсоналізація	2,1	5,0	12,3
Редукція батьківських досягнень	38,3	33,1	26,6

Таблиця 4

**Показники за «Методикою визначення типу акцентуацій рис характеру»
К. Леонгарда і Х. Шмішека (n=70)**

№	Типи акцентуації	М	Абсолютний показник осіб	Відносний показник, %
1	Гіпертимний	13,3	9	12,86
2	Застрягаючий	13	5	7,14
3	Емотивний	14,6	17	24,29
4	Педантичний	13,8	4	5,71
5	Тривожний	12,3	7	10,00
6	Циклотимний	13,5	2	2,86
7	Демонстративний	12,8	8	11,43
8	Збудливий	13,6	5	7,14
9	Дистимний	13,7	3	4,29
10	Екзальтований	12,5	2	2,86
Невиражений тип акцентуації рис характеру			8	11,43

(7,41%), педантичним (3,7%), екзальтованим (3,7%), дистимним (7,41%) типами.

Аналіз зіставлення особливостей акцентуації рис характеру та рівня сформованості емоційного вигорання дозволив зробити висновки, що до емоційного вигорання не схильні представниці гіпертимного типу акцентуації, помірно схильні – застрягаючого, педантичного, збудливого, екзальтованого, дистимного, циклотимного типів, а значною мірою схильні представниці демонстративного, тривожного й емотивного типів.

Під час дослідження особливостей розвитку поведінкового компоненту емоційного вигорання був використаний опитувальник «Дослідження взаємодії «батько – дитина» І. Марковської. Результати подаємо у таблиці 5.

Кореляційний аналіз даних показав, що тільки шкала «невимогливість – вимогливість» не має взаємозв'язку з рівнем емоційного вигорання матері. Низька задоволеність стосунками з дитиною, її відкидання і непослідовність матері тісно корелює з рівнем емоційного вигорання жінки у відносинах зі своєю дитиною. Виховна конфронтація в сім'ї, тривожність за дитину, емоційна дистанція, суворість і відсутність співпраці також впливають на емоційне вигорання матері.

Розглянемо результати діагностики когнітивного компонента (рис. 3), що розкривається через такі критерії та показники: усвідомлення матерями своїх станів, проблем, особливос-

тей; суб'єктивна оцінка себе за допомогою методики «Хто Я?» М. Куна-Т. Макпартленда (модифікація Т. Румянцевої).

Соціальне «Я»: спостерігається спадання цього показника у матерів з низьким рівнем вигорання (ВРВ – 53,85%, СРВ – 66,67%, НРВ – 40,74%). Комуникативне «Я»: показники жінок з НРВ (81,48%) свідчать про велику значущість міжособистісних взаємин та актуалізацію потреби у спілкуванні з іншими. У жінок з ВРВ (38,46%) частково задоволена або незадоволена потреба у спілкуванні. **Матеріальне «Я»:** для матерів з високим рівнем вигорання (61,54%) важливо відчувати себе забезпеченими, а це не завжди можливо. **Фізичне «Я»:** спостерігається зниження цього показника зі зниженням рівня вигорання (ВРВ – 46,15%, СРВ – 30,00%, НРВ – 25,93%). Молоді матері з ВРВ критично і вимогливо ставляться до себе, свого зовнішнього вигляду і водночас прагнуть до саморозвитку і самовдосконалення. **Діяльнісне «Я»:** жінки з ВРВ (53,85%) характеризують себе так: «Люблю вирішувати завдання», «Добре торгую», «Працездатна», «Володію кількома мовами», «Вмію працювати», «Граю на фортепіано» та ін. Жінкам з НРВ (18,52%) характерний збіднілий опис свого діяльнісного «Я». **Перспективне «Я»:** у жінок з ВРВ (23,08%) відстежуємо орієнтацію на сімейні ролі дружини, матері. Можемо це пояснити частим залученням жінок до виконання сімейних функцій.

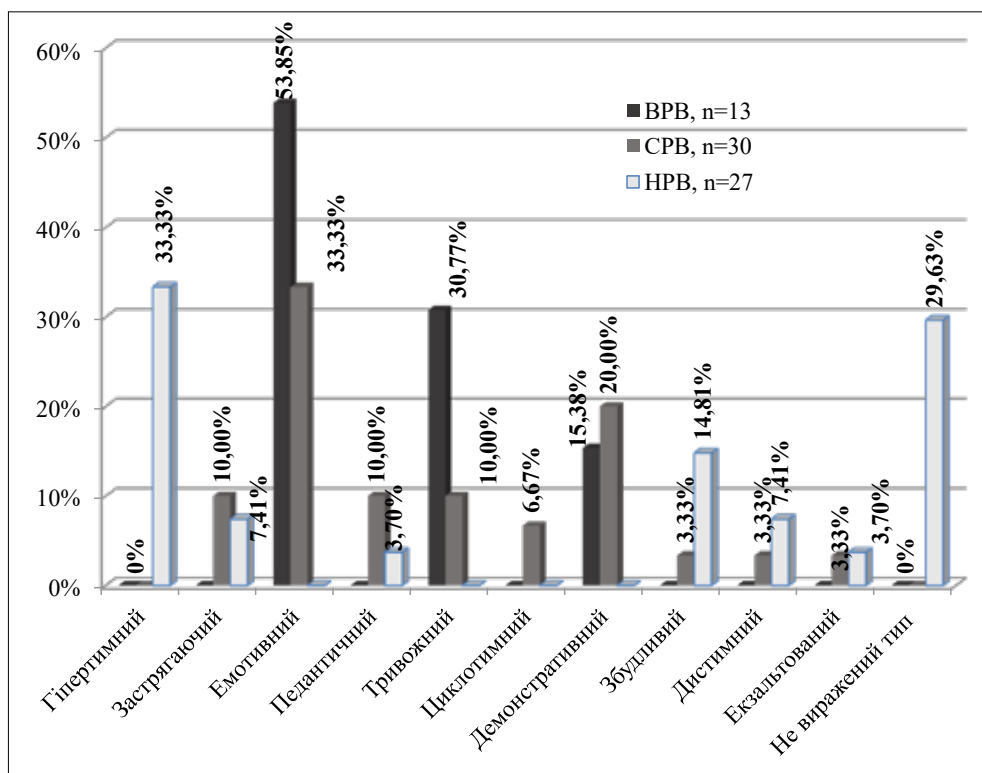


Рис. 2. Типи акцентуацій характеру у досліджуваних з різними рівнями сформованості емоційного вигорання (n=70)

Таблиця 5

Показники за шкалами опитувальника «Дослідження взаємодії «батько – дитина» І. Марковської (n=70)

№	Шкали	М	Співвідношення вираженості показників, %	
			низький	Високий
1	Невимогливість – вимогливість	14,38	54,29	45,71
2	М'якість – суворість	12,61	70,00	30,00
3	Автономність – контроль	17,16	14,29	85,71
4	Емоційна дистанція – близькість	18,85	20,00	80,00
5	Відторгнення – прийняття	17,81	22,86	77,14
6	Відсутність співпраці – співпраця	18,38	31,43	68,57
7	Тривога за дитину	15,59	85,71	14,29
8	Непоследовність – последовність	17,52	30,00	70,00
9	Виховна конфронтація в сім'ї	17,56	77,14	22,86
10	Задоволеність відносинами з дитиною	19,82	14,29	85,71

При описі *рефлексивного «Я»* у жінок з НРВ (22,22%) був відзначений низький показник рефлексії (за 12 хвилин матері дали тільки дві три відповіді). Врахуємо, що вони насправді не знали, як можна ще відповісти на запитання, а не просто переставали записувати свої відповіді через свою сором'язливість. *Самостійні показники*: проблемна ідентичність та ситуативний стан добре характеризують жінок з ВРВ (15,38%). Себе вони описали так: «Не знаю, хто я», «Не можу відповісти на

це питання», «Голодна», «Нервую», «Втомилася», «Засмучена».

Отже, результати аналізу емпіричних даних засвідчують відмінності в уявленнях жінок з різними рівнями вигорання. Зокрема, у матерів з ВРВ вищими показниками відзначаються такі категорії: «соціальне «Я», «матеріальне «Я», «фізичне «Я», «діяльнісне «Я», «рефлексивне «Я» та самостійні показники. У матерів з НРВ вищими показниками відзначаються такі категорії: «комунікативне «Я», «перспективне «Я», «соціальне «Я».

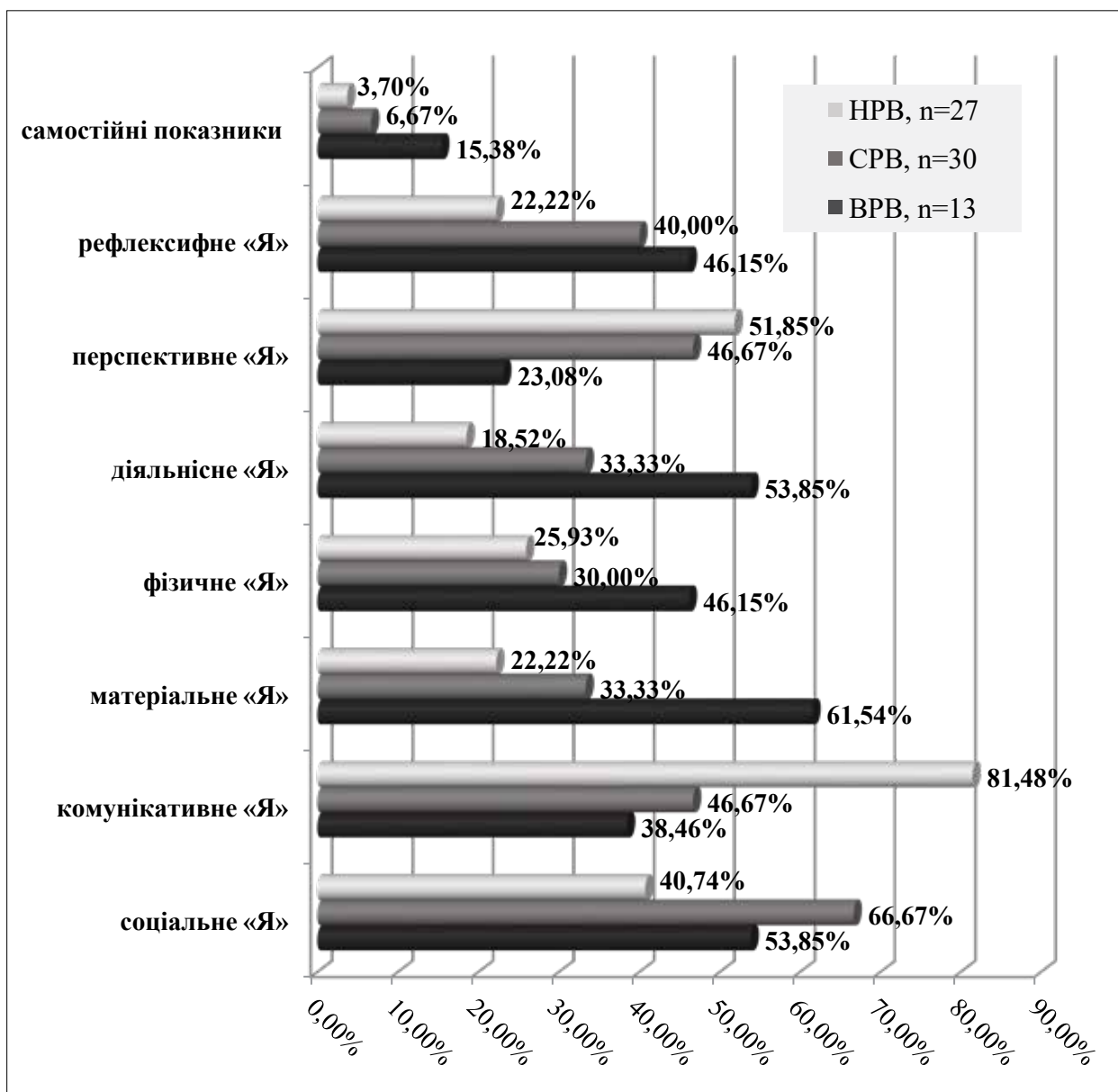


Рис. 3. Показники за методикою «Хто Я?» М. Куна і Т. Макпартленда (n=70)

Здійснений кореляційний аналіз засвідчив, що розвиток фази «напруга» позитивно корелює зі зростанням показників таких типів акцентуацій характеру: демонстративного (0,41 ($p \leq 0,05$)), тривожного (0,39 ($p \leq 0,05$)), емотивного (0,37 ($p \leq 0,05$)), педантичного (0,33 ($p \leq 0,05$)), збудливого (0,39 ($p \leq 0,05$)) та дистимного (0,39 ($p \leq 0,05$)). Водночас існує значущий зворотний зв'язок між зростанням першої фази вигорання і гіпертичним типом акцентуації (-0,36 ($p \leq 0,05$)). Розвиток фази «резистенція» відбувається зі зростанням показників таких типів акцентуацій характеру: педантичного (0,35 ($p \leq 0,05$)), циклотимного (0,57 ($p \leq 0,01$)), збудливого (0,43 ($p \leq 0,01$)), дистимного (0,51 ($p \leq 0,01$)) та екзальтованого (0,40 ($p \leq 0,05$)). Визначені кореляції можуть

бути використані для безпосередньої роботи з жінками.

Дослідження дозволило встановити, що високій та середній рівні вигорання з домінуванням фази «резистенція» переважають у більшості матерів. Існує взаємозв'язок між особливостями акцентуації рис характеру матері та схильністю до емоційного вигорання. Також визначено, що залежно від рівня емоційного вигорання проявляються відмінності в усвідомленні матерями своїх станів, проблем, особливостей, суб'єктивна оцінка себе, а також відмінності в особливостях побудови стосунків «батько – дитина». Врахування отриманих результатів дозволяє окреслити перспективи подальшого дослідження емоційного вигорання молодих матерів через розвиток їхніх особистісних ресурсів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Базалева Л.А. Личностные факторы эмоционального «выгорания» матерей в отношениях с детьми : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Краснодар, 2010. URL: <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-01/dissertaciya-lichnostnye-factory-emotsionalnogo-vygoraniya-materey-v-otnosheniyah-s-detmi> (дата звернення : 18.11.2021).
2. Вовк О.В. Особливості синдрому професійного вигорання в працівників сфери інформаційних технологій. *Психологічне здоров'я*. 2019. Вип. 1. С. 3–25. URL: <https://maup.com.ua/assets/files/psihologz/2019-1/02.pdf> (дата звернення: 18.11.2021).
3. Лаврова М. Теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття «емоційне вигорання». *Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія»*. 2014. Т. 19. Вип. 2. С. 194–202. URL: <http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/5300/1/194-202.pdf> (дата звернення: 18.11.2021).
4. Слабинский В.Ю. Основы психотерапии: практическое руководство. Санкт-Петербург : Наука и техника, 2008. 464 с.
5. Филиппова Г.Г. Психология материнства. Концептуальная модель. Москва : Институт молодежи, 1999. 286 с.

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

DEVELOPMENT OF EMOTIONAL COMPETENCE OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE

У статті проаналізовано аспекти розвитку емоційної компетенції дітей старшого дошкільного віку. Відображено актуальну проблематику сучасної психологічної науки, особливості розвитку емоційної сфери особистості. Важлива здатність дошкільників керувати своїми емоціями, поведінкою та зав'язувати значущі дружні стосунки, які є важливою передумовою для готовності до школи та успіхів у навчанні. Соціально компетентні діти також більш успішні в навчанні, а погані соціальні навички є сильним провісником академічної неуспішності. Розглянуто основні відмінності тотожних понять про емоційний інтелект та емоційну компетенцію. Розвиток емоційного інтелекту й емоційної компетенції є важливим складником для формування гармонійної та психологічно здорової особистості. Установлено, що високий рівень емоційного інтелекту є значущим складником емоційної компетенції дошкільників. Виокремлено вікові особливості розвитку дітей старшого дошкільного віку. Проведено експеримент у дошкільній групі дітей для аналізу розвитку рівня емоційного інтелекту, також діагностичне дослідження з виявлення рівня розвитку емоційної компетенції дітей старшого дошкільного віку. Представлено критерії для оцінювання емоційної компетенції дітей старшого дошкільного віку. У більшості дітей проблеми з ідентифікацією почуттів власних та оточуючих, підвищений рівень тривожності, у багатьох неадекватна самооцінка й загалом низький і середній рівні розвитку емоційного інтелекту. З дітьми, у яких був виявлено низький і середній рівні емоційного інтелекту, проведено корекційні заняття, які включали елементи казкотерапії, арт-терапії, ігротерапії та психогімнастики. Після проведення корекційних занять отримано позитивну динаміку зростання рівня емоційної компетенції.

Ключові слова: емоційна компетенція, емоційний інтелект, старший дошкільний вік, соціальний інтелект.

The article analyzes aspects of the development of emotional competence of older preschool children. The topical issues of modern psychological science, the peculiarities of the development of the emotional sphere of personality are reflected. Preschoolers' ability to control their emotions, behavior, and make meaningful friendships is important, which is an important prerequisite for school readiness and academic success. Socially competent children are also more successful in learning, and poor social skills are a strong harbinger of academic failure. The main differences of identical concepts about emotional intelligence and emotional competence are considered. The development of emotional intelligence and emotional competence is an important component for the formation of a harmonious and psychologically healthy personality. It is established that a high level of emotional intelligence is a significant component of emotional competence of preschoolers. The age features of development of children of senior preschool age are allocated. An experiment was conducted in a preschool group of children to analyze the development of the level of emotional intelligence, as well as a diagnostic study to identify the level of development of emotional competence of older preschool children. The paper presents criteria for assessing the emotional competence of older preschool children. Most children have problems identifying their own feelings and those of others, an increased level of anxiety, many have inadequate self-esteem and generally low and medium levels of emotional intelligence. Correctional classes were conducted with children with low and medium levels of emotional intelligence, which included elements of fairy tale therapy, art therapy, game therapy and psychogymnastics. After conducting correctional classes, a positive dynamics of growth of the level of emotional competence was obtained.

Key words: emotional competence, emotional intelligence, senior preschool age, social intelligence.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.30>

Шелешей О.Г.

студентка VI курсу, групи 656мз, кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Астремська І.В.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. У дошкільному віці дитина робить перші самостійні кроки до пізнання в складному світі взаємин, результат отриманого досвіду в цей період значною мірою залежить від батьків і педагогів дитячого садка. У старшому дошкільному віці дитина починає оцінювати свої особисті моральні якості, усвідомлювати, диференціювати емоційний стан. Зростає рівень самостійності та критичної дитячої оцінки й самооцінки. Діти передусім оцінюють ті якості й особливості поведінки ровесників і самого себе, які частіше оцінюють оточуючі та від яких передусім залежить їхнє становище в групі. Протягом усього дошкільного дитинства діти об'єктивніше оцінюють оточуючих, аніж себе.

Наприкінці дошкільного віку з'являється важливе новоутворення – створення свого соціального «Я», на цій основі внутрішньої позиції – розуміння дитиною різного характеру ставлення до нього людей і намагання зайняти певне становище серед дорослих і ровесників.

Ефективна взаємодія в різних життєвих обставинах неможлива без усвідомлення власних почуттів та емоційного стану людини, з якою відбувається взаємодія. Адекватне уявлення про себе й оточуючих не формується саме по собі, а є наслідком педагогічного, соціального та психологічного впливу, а також особистою активністю людини на різних життєвих етапах. Розвиток емоційного оціночного

відображення пов'язаний з усіма феноменами й механізмами формування особистості, розпочинається з раннього дитинства. У зв'язку з цим питання про формування емоційної компетенції дітей дошкільного віку є предметом сучасних досліджень у педагогіці та психології розвитку.

Мета статті полягає в проведенні теоретично-методологічного аналізу сутності й напрямів концепції емоційної компетенції особистості, розкриття структури основних складників особистісної емоційної компетенції та емоційного інтелекту як важливих складників психічного здоров'я дитини.

Виклад основного матеріалу дослідження. До проблем емоційної компетенції та аспектів її розвитку різною мірою зверталися вчені закордонні та співвітчизники. У Західних країнах світу наприкінці ХХ сторіччя розпочалися активні розробки двох тотожних понять – «емоційна компетенція» й «емоційний інтелект».

Поняття «емоційний інтелект» виникло при розробці проблематики та дослідженні соціального інтелекту такими вченими, як Дж. Гірфорд, Х. Гарднер і Г. Айзенк. На сучасному етапі розвитку емоційний інтелект є самостійним напрямом для дослідження.

Публікація книги Д. Гоулмана в 1995 році «Емоційний інтелект» сприяла популяризації погляду на емоції як частини інтелекту.

У 1990 році Джоном Д. Майером і Пітером Саловеєм уперше введено термін «емоційний інтелект» у психологічну науку. Вони запропонували дефініцію «емоційний інтелект» розуміти як здатність сприймати й висловлювати власні емоції, асимілювати емоції та думки, розуміти й пояснювати, контролювати власні думки та оточуючих [10, с. 7].

У тому ж 1990 році вони почали розробку методики для дослідження емоційного інтелекту, на основі отриманих даних вони доробляли та покращували теоретичну модель. Дослідники не тільки сформуливали поняття про емоційний інтелект, також запропонували систему вимірювання, основу якої становила діагностика стійкості людини в різних життєвих обставинах, при цьому відзначаючи важливість виміру інтелектуальних здібностей людини. Завдяки дослідженням П. Соловея та Дж. Майера [15] з'явилися доведені твердження, що емоційний інтелект можливо виміряти – групу здібностей, ментального характеру, що сприяють усвідомленню власних емоцій та емоцій оточуючих.

У структурі емоційного інтелекту П. Саловеї виокремив основні здібності: ідентифікацію власних емоцій, емоційний контроль, самомотивацію та володіння емоціями інших людей [10, с. 30].

Структура емоційного інтелекту Дж. Майера й П. Саловея має в складі чотири компоненти:

- ідентифікацію, сприйняття й вираження емоцій: здатність розрізняти емоції за мімікою обличчя, інтонацією голосу та мовою тіла; здатність розрізняти й контролювати власні емоційні стани та контролювати їх; уміння чітко висловлювати власні емоції та ефективно їх використовувати в спілкуванні;

- посилення мислення за допомогою емоцій: уміння доцільно використовувати власні почуття для вирішення життєвих завдань і прийняття рішень;

- усвідомлення емоцій: здатність вирішувати емоційні проблеми, розуміти зв'язок між емоційним станом, поведінкою і думками, здатність виявляти ціннісні емоції, а також зміну емоційних станів;

- керування емоціями: здатність управляти власними емоціями й емоціями оточуючих.

Автором некогнітивної моделі емоційного інтелекту є Р. Бан-Он [13]. Дослідник вирізняє внутрішньоособистісний емоційний інтелект і міжособистісний, дає визначення цьому поняття як сукупності некогнітивних здібностей, компетентності й знання. Автор розробив програму, до якої, окрім шкал вищезазначених типів емоційного інтелекту, додавалися шкали адаптації, управління стресом і загального настрою.

Р. Бан-Он визначає в структурі емоційного інтелекту такі складники, як опановування власної особистості (асертивність, самоаналіз, самореалізація, незалежність та самоповага); навички міжособистісного спілкування (здатність до емпатії, соціальна відповідальність і стосунки); уміння адаптуватися (здатність до вирішення проблем, особиста гнучкість); здатність сприймати стресові ситуації (стійкість до стресу, контроль імпульсів); ключовий настрій (оптимістичний стан, здатність радіти життю й відчувати щастя) [13].

У 1995 році вийшла книга Д. Гоулмана «Емоційний інтелект. Чому він може бути важливішим за IQ», ідеї якої одразу заповнили світ. Автор наводить дані дослідження вчених Гарвардського університету, у яких стверджують, що успіх будь-якої діяльності лише на 33% визначається технічними навичками, знаннями та інтелектуальними здібностями людини, а на 67% – емоційною компетентністю. До того ж для керівників ці цифри відрізняються ще більше: тільки 15% успіху визначає IQ, а останні 85% – EQ [1, с. 82–85].

В основу теоретичного обґрунтування Д. Гоулман заклав аналіз праць Дж. Майера й П. Саловея, де переконливо довів, що успіх у бізнесових справах залежить передусім від емоційного інтелекту, а не від когнітивного. Він доводить, що емоційний інтелект має такі складники: самосвідомість (адекватна самооцінка та самосвідомість емоційна); контроль

(упевненість у собі, контроль емоцій, відкритість, адаптивність, воля до перемоги, ініціативність, оптимізм); соціальну чуйність (співчуття, співпереживання, ділова обізнаність); управління відносинами (натхнення, вплив, допомога в самовдосконаленні, сприяння змінам, урегулювання конфліктів, командна робота та співпраця) [1, с. 266].

Не менш важливим, на думку Д. Гоулмана, є поняття «емоційна компетенція», яке автор запровадив поряд із «емоційним інтелектом» [14, с. 78].

На думку автора, людина, яка володіє здатністю до емоційної компетенції, може не лише вправно застосовувати емоційний інтелект, а й має владні амбіції, швидко пристосовується до змін, має внутрішню допитливість, може передбачити наслідки своєї діяльності, має жагу до самовдосконалення, може бути лідером.

Згідно з твердженням Д. Гоулмана, емоційна компетентність – це здатність розпізнавати власні почуття й почуття інших людей з метою самомотивації, а також із метою управління власними внутрішніми емоціями й емоціями стосовно інших людей.

Серед наших співвітчизників ідея єдності афекту і інтелекту відображена в працях Л.С. Виготського, Е.П. Ільїна, С.Л. Рубінштейна, В.Н. Куниціної, А.Н. Леонтьєва, Л.С. Ільїної та А.В. Запорожець.

Л.С. Виготський зробив висновок, що існує динамічна смислова система, яка є сумісним з'єднанням інтелектуальних та афективних процесів. Дослідник відзначив, що відрив інтелектуального боку свідомості від його афективної, вольової сторони становить одну з основних проблем усієї традиційної психології. При цьому мислення обов'язково перетворювалося на автономне, повністю втрачає контакт із реальним життям. Єдність афекту й інтелекту виявляється, по-перше, у специфіці їх зв'язків і взаємовпливу на всіх етапах розвитку; по-друге, у тому, що цей зв'язок є динамічним, причому на будь-якому етапі в розвитку мислення, відповідає певному етапу розвитку афекту.

С.Л. Рубінштейн відмічав, що «мислення вже саме по собі є єдністю емоційного та раціонального».

Ми вважаємо, що емоційна компетенція є не тотожним поняттям із емоційним інтелектом, а самостійним психологічним феноменом, який потребує окремих досліджень. З метою виявлення основних компонентів емоційної компетенції необхідно розглянути поняття компетенції в психології.

Довгий час учені, які досліджують сферу психологію поняття компетенції, не мали чіткого визначення через неоднозначність феномена. У більшості випадків психологічна ком-

петенція включає як суму психологічних знань, умінь і навичок, так і мотиваційні, особистісні, емоційні конструктори. Дослідники виділяють основні характеристики психологічної компетенції: по-перше, це деякою мірою здатність вирішення завдань при встановленні та формуванні особистісного досвіду; по-друге, психологічна компетенція передбачає когнітивний, комунікаційний, соціальний й аутопсихологічний складники. Як структурні компоненти психологічної компетенції розглядаються знання, уміння, особисті якості, суб'єктивний контроль. Спираючись на положення системності й гетерохромності розвитку психологічної компетенції, можемо висловити припущення, що емоційна компетенція як елемент психологічної компетенції є системним психологічним явищем, розвиток якого відбувається шляхом засвоєння психологічних знань, сприйняття психологічної інформації та апробацій в різних видах діяльності.

Під час дослідження емоційного інтелекту пропонується розглянути інтеграцію процесів розуміння емоційного світу й особистісних регулятивних процесів, тобто емоційну компетентність треба розглядати як результат функціонування цих процесів. Беручи до уваги той факт, що компетенцію необхідно тлумачити як сукупність умінь, навичок, знань і засобів виконання завдань певної діяльності (відповідно до певних умов), ми розглядаємо емоційну компетентність не як некоректну здатність до отримання знань, умінь, навичок емоційної діяльності, а власне як формування знань, умінь, навичок.

Гармонійне існування дитини в навколишньому середовищі передбачено її особистою компетентністю у світі почуттів та емоцій. Зміст цієї компетентності визначено державним стандартом – базовим компонентом дошкільної освіти. Це насамперед орієнтування дитини в назвах і специфіці проявів основних емоцій, уміння передавати їх мімікою, жестами, словами; установлення причинно-наслідкових і смислових зв'язків між подіями життя, своїми переживаннями й виразом обличчя; уміння адекватно реагувати на різні життєві події, стримувати негативні емоції, співвідносити характер емоційної поведінки з її наслідками для навколишніх [3].

Розглянемо особливості емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. Емоційний інтелект дітей дошкільного віку визначається такими характеристиками: «дитина має позитивне ставлення до оточуючих, самої себе, володіє відчуттям власної гідності; активно йде на контакт із дорослими та ровесниками, бере участь у спільній грі. Має навички домовлятися, беручи до уваги інтереси оточуючих, адекватно реагує на прояв своїх відчуттів, у тому числі відчуття віри в себе, прагнення вирішити конфлікт».

Л.С. Виготський та А.В. Запорожець указують, що лише погоджене функціонування емоційної та інтелектуальної сфер і їх єдність здатні забезпечити повноцінний розвиток дитини [5, с. 23].

Ю.А. Афонкіна пропонує звернути увагу на такі характеристики розвитку дітей старшого дошкільного віку. По-перше, має чітке узагальнення, інформативне уявлення про почуття й емоції (радість, страх, гнів, цікавість, здивування, сумнів, почуття прекрасного, сором). По-друге, розуміє та пояснює причини виникнення тих чи інших емоційних станів. По-третє, має навички подолання негативних переживань, спираючись на власний досвід, думку та розповіді дорослих, досвід казкових персонажів [2, с. 179].

Емоційний відгук старшого дошкільника на емоції оточуючих людей і друзів характеризується такими проявами: помічає емоційні прояви, реагує на емоційні стани оточуючих, помічає нюанси емоційних переживань і говорить про них у розлогіх бесідах; співчуття. Дитина старшого дошкільного віку починає усвідомлювати й узагальнювати власні переживання, а також у цей період формується стійка самооцінка.

«Діти старшого дошкільного віку перестають бути наївними та безпосередніми, як раніше, стають менше зрозумілими для оточуючих. Причиною цих змін є розвиток усвідомлення дитиною свого внутрішнього й навколишнього життя» [7, с. 36].

Поведінка дитини старшого дошкільного віку стає більш свідомою та може бути описана схемою: «захотів-усвідомив-зробив». Усвідомлення включається в усіх сферах життя старшого дошкільника: він починає усвідомлювати ставлення до себе оточуючих і власне ставлення до них і до самого себе, свій індивідуальний досвід, результати власної діяльності.

Далі зупинимося на розгляді сфери діяльності в житті дитини старшого дошкільного віку. У старшого дошкільника відбуваються зміни ролі емоцій у самостійній діяльності. Якщо на попередніх етапах онтогенезу основним орієнтиром для нього буда оцінка дорослого, то тепер він може відчути радість, передбачаючи позитивний результат своєї діяльності й гарного настрою оточуючих. Поступово дитина засвоює експресивні методи вираження емоцій – пантоміміку, міміку, інтонацію. Словесні схвалення (вираження емоцій) поступово стають основою формувальних виражень почуттів у дітей, подальших життєво важливих понять і суджень [2, с. 17].

Емоції дитини розвиваються в діяльності, залежать від змісту і структури цієї діяльності. У рамках дослідження розглянемо детальніше особливості розвитку емоційної компетенції дітей старшого дошкільного віку. Для вияв-

лення рівня розвитку емоційної сфери дітей проведено дослідження на базі державного Дитячого дошкільного навчального закладу (ДНЗ № 48) м. Миколаєва. У експерименті брала участь старша група № 4, у якій перебувають діти 5–6 років. У практичній роботі брали участь 24 дітей, із них 12 – хлопчиків і 12 – дівчат.

Проведена методика дослідження розуміння емоційних станів людей, зображених на картинках (Г.А. Урунтаєва, Ю.А. Афонькіна) [10].

За цією методикою проводилося індивідуальне спілкування. У дослідженні виявлявся рівень виразності сприйняття графічного зображення емоцій; вивчалось те, як досліджувані розуміють та усвідомлюють емоційний стан інших людей і власний, яким чином вони висловлюють власні емоції. У результаті проведення цієї методики отримано такі результати: у 24 (100%) дітей ідентифікації емоції «Гніву» та «Радості» не викликали труднощів; найважчим для сприйняття дітей стали зображення емоційних станів: «страх» знають 8 (30%) дітей, «здивування» розпізнають 12 (50%) дітей, а стан «спокою» розрізняють 10 (42%) дітей, піктограму «суму» ідентифікують 18 (75%) дітей.

Для виявлення рівня розвитку емоційної сфери в дітей і рівня виражених тривожних станів проведена проективна методика «Будиночки» (О.А. Орехова) [6].

Це проективний тест особистісних відносин, соціальних відносин і ціннісних орієнтирів. За цією методикою проводилося групове тестування на бланках «Будиночки». За результатом діагностики «Рівні розвитку емоційної сфери в дітей» під час первинної діагностики не виявлено дітей із першим (диференційованим) і другим (амбівалентним) типом розвитку емоційної сфери; у свою чергу, дітей із третім типом розвитку емоційної сфери (інверсійним) виявлено 8 (33%) осіб, а четвертим (амбівалентно-інверсійним) типом розвитку – 16 (66%) дітей.

Також варто розглянути дітей, які виявлені в четвертому типі (амбівалентно-інверсійний), окремо. Такий тип розвитку емоційної сфери дітей у первинній діагностиці показали 16 (66%) дітей.

Проективна методика «Будиночки» О.А. Орехової дає змогу отримати ще й показники тривожних станів у дітей. Згідно з первинними результатами, з 24 дітей 12 (50%) осіб були без виражених ознак тривоги, ще 12 (50%) дітей мали виражені ознаки тривожності; 2 (8%) дитини мали високий рівень тривоги, 4 (16%) дитини із середнім рівнем тривожності, 6 (25%) дітей мали низький рівень вираженої тривожності. Ці дані представлені на діаграмі у відсотковому співвідношенні.

Наступною впровадженою методикою була «Домалювати: світ речей, світ емоцій і світ людей». За цією проєктивною методикою проведено групове тестування на бланках «Світ людей, світ емоцій, світ речей». Ця методика має творчий характер, спрямована на виявлення емоційного орієнтування дитини на речі та предмети або емоції людей. У тестуванні брали участь 24 дитини, з них високий рівень розвитку емоційного інтелекту на первинній діагностиці не показала жодна особа: середній рівень розвитку виявлено в 16 (67%) дітей, а низький рівень – у 8 (33%) дітей.

Також застосований діагностичний метод для діагностики рівня самооцінки в дитини та її соціальних взаємин. Проведена методика «Веселі чоловічки». Тестування проходило 24 дитини. Первинне оцінювання виявило, що в 4 (16%) дітей чітко виражена характерна установка на подолання перешкод; 4 (16%) дитини товариські та мають дружню підтримку; 2 (8%) дитини сором'язливі та швидко втомлюються; 2 (8%) дитини мають нормальний, комфортний стан; 6 (25%) дітей переживають кризовий стан, наче «падіння в прірву»; 2 (8%) дитини мають явну завищену самооцінку, прагнуть до лідерства; 4 (16%) дитини потребують підтримки, відчують себе некомфортно. Загальні дані рівня самооцінки: завищена в 6 (25%) дітей; адекватна в 6 (25%) дітей; занижена у 12 (50%) дітей.

Після проведення діагностичних методик і виявлення результатів нами розроблено та проведено 6 групових корекційних занять, спрямованих на розвиток умінь дитини: розрізняти емоційний стан людини та відтворювати його; умінь керувати своїми емоціями; здійснення психом'язового тренування; закріплення знань дітей про емоції, умінь їх розпізнавати; розвиток умінь керувати собою; зниження емоційного й фізичного напруження; покращення здатності до емпатії. Програма формували на основі вчення Д. Гоулмана про емоційну компетентність.

По завершенню проведення корекційного курсу занять проведена повторна діагностика за тими самими методами: «Будиночки» О.А. Орлової, методика «Домалювати: світ речей, світ емоцій і світ людей», методика «Веселі чоловічки» й методика дослідження розуміння емоційних станів людей, зображених на картинках (Г.А. Урунтаєва, Ю.А. Афонькіна). Ми отримали такі результати.

Після проведення корекційних занять дітей із завищеною самооцінкою зменшилося на 8%, кількість дітей із адекватною самооцінкою збільшилося на 33%, а кількість дітей із заниженою самооцінкою зменшилася на 25%.

Дітей із низьким рівнем емоційного інтелекту зменшилося удвічі, на 17%, рівень дітей із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту зменшився на 49%, а кількість дітей із високим рівнем емоційного інтелекту збільшилася на 66%.

Кількість дітей без виразних ознак тривоги збільшилася на 8%. Кількість дітей із низьким рівнем вираженої тривожності – на 17%, але при цьому зовсім відсутні діти із середнім і високим рівнем тривожності.

Повторна діагностика показала, що дітей із першим типом (диференційованим) сфери емоційного розвитку стало 25% осіб: щодо дітей із другим (амбівалентним) типом розвитку не змінився показник, дітей із третім типом (інверсійним) стало більше – 42%, а кількість дітей із четвертим типом розвитку (амбівалентно-інверсійний) зменшилася до 33%.

У 33% дітей повторно не зафіксована амбівалентність емоцій, також значно знизилася кількість інверсійних емоцій у 50% дітей.

Висновки. Після проведення корекційних занять рівень сприйняття емоційних станів та ідентифікація емоцій із графічного зображення значно зріс. Кожна дитина з 24-х може розрізнити шість основних емоційних станів.

Згідно з отриманими даними, кількість дітей із низьким рівнем емоційного інтелекту зменшилася удвічі, на 17%, кількість дітей із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту зменшилася на 49%, а кількість дітей із високим рівнем емоційного інтелекту збільшилася на 66%.

Повторна діагностика рівнів розвитку емоційної компетенції дошкільників. Експериментальна група показала значне підвищення. Результати дослідження виявили, що розроблена корекційно-розвивальна програма сприяє формуванню емоційної компетенції в дітей старшого дошкільного віку.

Навіть на початку XXI століття усе ще триває розробка концепції емоційного інтелекту й емоційної компетенції, з'являється багато нових публікацій. Отже, як і з багатьма іншими науковими поняттями, сьогодні не існує єдиної думки вчених щодо того, що ж таке насправді емоційна компетенція. Основу дослідження становило твердження Д. Гоулмана про емоційну компетентність. На думку дослідника, емоційна компетентність – це здатність розпізнавати власні почуття й почуття інших людей з метою самомотивації, а також з метою управління своїми внутрішнім емоційним станом та емоціями щодо інших людей. Компонентами емоційної компетенції є самооцінка, саморегуляція, емпатія, соціальні навички.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2019. 512 с.
2. Дуткевич Т.В. Дитяча психологія : навчальний посібник. Київ : Цент учб. літ., 2021. 424 с.
3. Кононко О.Л. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні : науково-методичний посібник / наук. ред. О.Л. Кононко. Київ : Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. 243 с.
4. Лаврентьева М.В. Загальна характеристика розвитку дітей старшого дошкільного віку. Санкт-Петербург, 1998. 336 с.
5. Люсін Д.В. Сучасні уявлення про емоційний інтелект. Москва : Сфера, 2004. 369 с.
6. Орехова О.А. Колірна діагностика емоцій дитини. Санкт-Петербург : Мова, 2002. 415 с.
7. Петровский В.А. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. Москва : РАН, 1986. 275 с.
8. Савчин М. Загальна психологія : підручник. 3-тє вид. Київ : ВЦ «Академія», 2020. 344с.
9. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо «Эмоциональный Интеллект» (MSCEIT v. 2.0). Москва : РАН, 2010. 98 с.
10. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии: пособие для студентов педагогических институтов, учащихся педагогических училищ и колледжей, воспитателей детского сада / под ред. Г.А. Урунтаевой. Москва : Владос, 2013. 291 с.
11. Михайліченко В.Е. Психологія розвитку особистості : монографія Харків : НТУ «ХП», 2015. 338 с.
12. Максименко С.Д. Генетична психологія учіння людини : монографія. Київ : Слово, 2017. 206 с.
13. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Rationale, description, and summary of psychometric properties. In Glenn Geher (Ed.), Measuring emotional intelligence: Common ground and controversy. Hauppauge, NY : Nova Science Publishers, 2004. P. 111–142.
14. Goleman D. Emotional intelligence. N.-Y., 1995. 512 p.
15. Mayer J.D. The intelligence of emotional intelligence. Intelligence. NY., 1993. P. 433–442.

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ-ГАНДБОЛІСТІВ (НА ПРИКЛАДІ ЮНАКІВ І ДІВЧАТ)

STUDY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS-HANDBALL PLAYERS (ON THE EXAMPLE OF BOYS AND GIRLS)

У статті розглянуто сучасне значення емоційного інтелекту в студентів, які займаються гандболом. Мета дослідження: вивчення психологічних особливостей емоційного інтелекту студентів-спортсменів, які спеціалізуються в гандболі, та осіб, які не займаються спортом. Для вирішення поставлених завдань використані теоретичні (аналіз, порівняння, узагальнення), організаційні (порівняльний, комплексний методи), емпіричні методи, а також методи обробки даних та інтерпретаційні методи: психодіагностичні методики емоційного інтелекту Н. Холла; дослідження особистісної та реактивної тривожності Ч. Спілберґера. Наведено результати дослідження емоційного інтелекту та його складників спортсменів-гандболістів, надано їх рівневу характеристику. Дослідження проводилося на базі Національного технічного університету «Дніпровська політехніка», проходили у формі опитування. У дослідженні взяли участь студенти-гандболісти віком 17–22 роки (40 спортсменів, юнаки та дівчата). Розряд спортсменів – II дорослий – КМС. Достовірні відмінності ($p < 0,05$; $0,001$) виявлені за компонентами: управління власними емоціями, самомотивація, розпізнавання емоцій інших людей, тоді як за шкалами емоційної обізнаності й емпатії достовірної різниці немає. У ході аналізу результатів дослідження виявлено достовірний ($p < 0,05$) зворотний кореляційний зв'язок між показниками емоційного інтелекту й рівнем особистісної та ситуативної тривожності в осіб 17–22 років. У дівчат-гандболісток виявлено зворотні достовірні взаємозв'язки між показником емоційного вигорання «емоційне/фізичне виснаження» та самомотивацією ($r = 0,46$, $p < 0,01$), керуванням своїми емоціями ($r = 0,64$, $p < 0,01$); показником емоційного вигорання «знецінення досягнень» і самомотивацією ($r = 0,52$, $p < 0,01$), керуванням своїми емоціями ($r = 0,59$, $p < 0,01$); сумарним значенням емоційного вигорання й керуванням своїми емоціями ($r = 0,60$, $p < 0,01$). Проведене дослідження орієнтоване на вирішення проблеми розвитку емоційного інтелекту спортсменів на різних етапах підготовки, що сприятиме підвищенню

рівня ефективності психологічної підготовки студентів-гандболістів.

Ключові слова: емоційний інтелект, гандбол, студентський спорт, гендерний аспект.

The article considers the modern importance of emotional intelligence in students who play handball. The purpose of the study: to study the psychological characteristics of the emotional intelligence of students-athletes who specialize in handball and people who do not play sports. Theoretical (analysis, comparison, generalization), organizational (comparative, complex methods), empirical methods, as well as data processing methods and interpretive methods were used to solve the tasks: psychodiagnostic methods of N. Hall's emotional intelligence; study of personal and reactive anxiety by Charles Spielberger. The results of the study of emotional intelligence and its components of handball athletes are given, their level characteristics are given. The study was conducted on the basis of the National Technical University "Dnieper Polytechnic", which took the form of a survey. The study involved handball students aged 17–22 (40 athletes, boys and girls). Category of athletes – II adult – CMS. Significant differences ($p < 0,05$; $0,001$) were found by components: self-emotion management, self-motivation, recognition of other people's emotions, while on the scales of emotional awareness and empathy there is no significant difference. The analysis of the results of our study revealed a significant ($p < 0,05$) inverse correlation between the indicators of emotional intelligence and the level of personal and situational anxiety in people 17–22 years. In girls-handball players, inverse reliable relationships were found between the rate of emotional burnout "emotional/physical exhaustion" and self-motivation ($r = 0,46$, $p < 0,01$), managing their emotions ($r = 0,64$, $p < 0,01$); indicator of emotional burnout "depreciation of achievements" and self-motivation ($r = 0,52$, $p < 0,01$), self-management ($r = 0,59$, $p < 0,01$); the total value of emotional burnout and control of their emotions ($r = 0,60$, $p < 0,01$). The study is focused on solving the problem of developing the emotional intelligence of athletes at different stages of training, which will increase the effectiveness of psychological training of handball students.

Key words: emotional intelligence, handball, student sports, gender aspect.

УДК 796.012.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.31>

Яворська Н.П.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Проблема вивчення емоційного інтелекту набирає все більшої популярності в сучасному світі. Як відомо, емоційний інтелект є важливою стороною когнітивних здібностей людини [2, с. 7; 4, с. 89].

Сьогодні в низці літературних джерел представлено різні підходи до інтерпретації поняття емоційного інтелекту, розроблено різноманітні моделі та концепції, розробляються нові методики діагностики емоційного інтелекту [1, с. 62; 6, с. 46; 9; 11, с. 60].

Наприклад, сучасна інтерпретація емоційного інтелекту зводиться до таких положень: П. Селовей, Дж. Мейер розглядають емоційний інтелект «як здатність сприймати й розуміти прояви особистості, що виражаються в емоціях, керувати емоціями на основі інтелектуальних процесів» [13, с. 197]. Д. Гоулман розуміє як «здатність усвідомлювати свої емоції та емоції інших людей, щоб мотивувати себе й інших і добре управляти емоціями наодинці з собою та при взаємодії з іншими» [7, с. 201; 8, с. 156].

Також розглянуто здатність розуміти відносини особистості, що репрезентуються в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу й синтезу (Р. Salovey, J.D. Mayer, 2004 [13, с. 205]; сукупність емоційних, особистих і соціальних здібностей, які впливають на загальну здатність будь-кого ефективно справлятися з вимогами й тиском навколишнього середовища (Р. Бар-Он, 2000) [11, с. 61].

Наприклад, Р.О. Агавелян та Н.В. Ілясова в роботі відображають відмінності в рівні розвитку емоційного інтелекту в представників різних видів спорту (як командних, так й індивідуальних) [9, с. 4].

Як зазначають деякі автори, одним зі способів вирішення цього питання є підвищення рівня психологічної підготовки, а саме розвиток емоційного інтелекту спортсменів різної кваліфікації, оскільки відсутність контролю над емоційним станом перешкоджає ефективному виконанню техніко-тактичних дій при значних фізичних навантаженнях у змаганнях різного рівня [3, с. 107; 10].

За даними деяких авторів, одним зі способів вирішення цього питання є підвищення рівня психологічної підготовки, а саме розвиток емоційного інтелекту спортсменів різної кваліфікації, оскільки відсутність контролю над емоційним станом перешкоджає ефективному виконанню техніко-тактичних дій при значних фізичних навантаженнях у змаганнях різного рівня.

На розуміння власних емоцій та емоцій інших людей впливає рівень розвитку емоційного інтелекту, що він вищий, то краще виражена здатність до розуміння. Емоційний інтелект, на відміну від конкретного й абстрактного, які показують закономірності зовнішнього світу, виражає внутрішній світ і його зв'язок із поведінкою індивіда та взаємодію з реальністю [5, с. 145].

Проаналізувавши результати дослідження вітчизняних, зарубіжних учених із вивчення емоційного інтелекту в спортивній діяльності, ми виявили, що це питання потребує подальшого вивчення в напрямі спортсменів-гандболістів.

Мета дослідження – вивчити психологічні особливості емоційного інтелекту студентів-спортсменів, які спеціалізуються в гандболі й осіб, які не займаються спортом.

Для реалізації поставленої мети ми виділили необхідні завдання:

1. Аналіз і вивчення науково-методичної літератури, що розкриває проблематику досліджуваного питання.

2. Підбір психодіагностичного інструментарію.

3. Проведення психодіагностичного обстеження емоційного інтелекту студентів-спортсменів обох статей, які займаються гандболом.

4. Формулювання висновків про особливості емоційного інтелекту у студентів-гандболістів.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано теоретичні (аналіз, порівняння, узагальнення), організаційні (порівняльний, комплексний методи), емпіричні методи, а також методи обробки даних та інтерпретаційні методи: психодіагностичні методики емоційного інтелекту Н. Холла; дослідження особистісної та реактивної тривожності Ч. Спілбергера.

У дослідженні взяли участь студенти-гандболісти віком 17–22 роки, розряд II – КМС. Загалом у дослідженні взяли участь 40 спортсменів (юнаки й дівчата).

Дослідження проводилося на базі Національного технічного університету «Дніпровська політехніка», які проходили у формі опитування. Матеріал був відкритими питаннями з необмеженим обсягом відповіді досліджуваного, а також стандартизовані методики з формалізованими відповідями. Кожна методика оцінювалася в балах, які потім підсумовувалися.

Емоційний інтелект трактується фахівцями як здатність до розуміння й управління власними емоціями та емоціями інших людей. Найбільш визнана в науці модель емоційного інтелекту складається з таких складників: усвідомлення власних емоцій і вміння ними керувати, розпізнавання емоцій інших людей і вміння налагоджувати й підтримувати стосунки з людьми [12, с. 10].

Порівняння показників розвитку емоційного інтелекту студентів-спортсменів 17–22 років і їхніх однолітків, які не займалися спортом, виявило достовірні ($p < 0,05$; $0,001$) відмінності. За результатами наших досліджень, заняття спортом як вид діяльності істотно впливає на рівень розвитку емоційного інтелекту в студентів-гандболістів.

Достовірні відмінності ($p < 0,05$; $0,001$) виявлені за компонентами: управління власними емоціями, самомотивація, розпізнавання емоцій інших людей, тоді як за шкалами емоційної обізнаності й емпатії достовірної різниці немає ($p \geq 0,05$).

Особистісна та ситуативна тривожність, як відомо, мають досить складну взаємодію. З одного боку, особистісна тривожність певною мірою визначає той вид діяльності, який вибирає собі людина, з іншого – чим частіше специфіка діяльності для успішного вирішення завдань вимагає розвитку вміння регулювати стан тривожності, тим нижчі показники ситуативної тривожності у відповідь на ситуацію, характерну для цього виду діяльності.

З іншого боку, досвід успішного контролю ситуативної тривожності особистості зазвичай переноситься на інші життєві ситуації.

Уважаємо за потрібне відзначити, що в дослідженні ми не констатуємо зниження або підвищення рівня тривожності, а акцентуємо увагу на досягненні оптимального її рівня для кожної особи, яка б сприяла успішній діяльності.

Багато досліджень емоційного інтелекту останніх років присвячено його впливу на ефективність виконання професійної діяльності [2, с. 87; 7, с. 203]. Виявлено, що ефективність професійної діяльності залежить не тільки від знань спеціаліста певної сфери діяльності, а й від його особистісних особливостей – стійкої системи стосунків до власного внутрішнього та навколишнього світу.

Варто зазначити, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту дає змогу регулювати свою поведінку, утілити поставлену мету, реалізувати намічений результат.

Для цього при моделюванні діяльності змагання використовуються максимально можливі труднощі, які викликають стан психічного напруження, мобілізацію сил і можливостей організму спортсменів.

У гандболі проводяться багатоетапні цілорічні змагання, що може призводити не тільки до зростання психічних навантажень, а й до виникнення емоційного вигорання. Ми припускаємо, що емоційний інтелект допомагає спортсменам як конструктивно взаємодіяти з оточуючими, так і розрізняти й інтерпретувати власні емоції, контролювати їх і керувати ними, що, безумовно, сприяє запобіганню психічним навантаженням, зокрема перешкоджає й виникненню емоційного вигорання.

Моделювання діяльності змагань є потужним засобом підвищення ефективності підготовки спортсменів до діяльності змагань і найчастіше спрямоване на вирішення проблеми емоційної стійкості спортсменів.

Щодо спортивної діяльності поліпшення рівня розвитку емоційного інтелекту сприятиме позитивному впливу на психологічну підготовку в цілому, а саме на емоційно-вольову регуляцію, емоційну стійкість, а також сприятиме запобіганню вигоранню емоційної сфери спортсменів, оскільки емоції визначають поведінку, містять сигнальну мотивацію реакції у відповідь на певну ситуацію [12, с. 289].

У цьому всі аспекти підготовки спортсменів можна охарактеризувати активністю емоційного інтелекту особистості, що забезпечує швидше й ефективне освоєння спортивних вправ.

Емоційний інтелект оцінювався за допомогою методики Н. Холла, призначеної для виявлення здатності розуміти відносини особистості, що репрезентуються в емоціях, та управління емоційною сферою на основі прийняття рішень. Він містить 5 шкал: емоційну поінформованість, керування своїми емоціями, самомотивацію, емпатію, розпізнавання емоцій інших людей.

Отримані результати на прикладі юнаків наведено в таблиці 1.

Спортсмени з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту мають виражені здібності до розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, до управління емоційною сферою, що зумовлює більш високу адаптивність та ефективність у спілкуванні. На відміну від абстрактного й конкретного інтелекту, що відображають закономірності зовнішнього світу, емоційний інтелект відображає внутрішній світ і його зв'язки з поведінкою особистості та взаємодією з реальністю.

Результати кореляційного дослідження дають змогу говорити про значний зворотний взаємозв'язок між показником емоційного вигорання «зменшення почуття досягнення» та розпізнаванням емоцій у чоловічій вибірці ($r=0,52$, $p<0,01$). Отже, чим краще респонденти розпізнають емоції оточуючих і свої, тим нижча ймовірність виникнення проявів емоційного вигорання.

У дівчат-гандболісток виявлено зворотні достовірні взаємозв'язки між показником емоційного вигорання «емоційне/фізичне виснаження» та самомотивацією ($r=0,46$, $p<0,01$), керуванням своїми емоціями ($r=0,64$, $p<0,01$); показником емоційного вигорання «знецінення досягнень» і самомотивацією ($r=0,52$, $p<0,01$), керуванням своїми емоціями ($r=0,59$, $p<0,01$); сумарним значенням емоційного вигорання та керуванням своїми емоціями ($r=0,60$, $p<0,01$).

Серед випробуваних жіночої команди з гандболу виявлено більшу кількість взаємозв'язків між показниками вигорання й емоційного

Таблиця 1

Показники емоційного інтелекту студентів-гандболістів і неспортсменів (юнаки)

Показники емоційного інтелекту	Неспортсмени (n=18), %			Гандболісти-юнаки (n=22), %		
	високий	середній	низький	високий	середній	низький
1. Емоційна поінформованість	0	28	72	12,5	25	62,5
2. Управління своїми емоціями	0	0	100	0	8,3	91,7
3. Самомотивація	0	54,2	45,8	16,7	45,4	37,8
4. Емпатія	0	27	73	0	41,7	58,3
5. Розпізнавання емоцій інших людей	21	35,2	62,5	0	37,7	62,7
6. Інтегративний показник рівня емоційного інтелекту	0	12,6	87,5	0	29,4	70,6

інтелекту ($r=0,58-0,82$, $p<0,001$), ніж у чоловічій, що говорить про більший вплив емоцій на емоційну компетентність і розвиток вигоряння в респондентів жіночої статі.

Висновки з проведеного дослідження. Згідно з результатами проведеного дослідження, емоційний інтелект і його складники в більшості спортсменів різної кваліфікації перебувають на низькому рівні. Це вказує на недостатній рівень розпізнавання своїх емоцій та емоцій інших людей, а також контролювання їх. Ці вміння відіграють одну з ключових ролей для емоційної стійкості спортсменів у змагальній діяльності, що, своєю чергою, впливає на результат у змаганнях.

Проведене дослідження вказує на необхідність проведення заходів щодо розвитку емоційного інтелекту та його складників у спортсменів різної кваліфікації, оскільки наявність досвіду тренувальної та змагальної діяльності не чинить прямого впливу на наявність емоційного інтелекту спортсменів. Таким чином, існує необхідність подальшого вивчення проблеми емоційного інтелекту, його складників і способів його розвитку.

Емоційний інтелект включає здатність до диференціації, розуміння емоцій і керування ними, що дуже важливо для досягнення оптимального рівня тривожності особистості. У ході аналізу результатів дослідження виявлено достовірний ($p<0,05$) зворотний кореляційний зв'язок між показниками емоційного інтелекту й рівнем особистісної та ситуативної тривожності в осіб 17–22 років.

Результати дослідження вказують на значущість для студентів-спортсменів, які займаються гандболом, емоційної компетентності як чинника успішного подолання емоційних навантажень.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Белоконь В.О., Горская Г.Б. Роль эмоционального и социального интеллекта в поддержании психической устойчивости субъектов командной деятельности. *Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология»*. 2019. № 4 (49). С. 62–72.
2. Бобкова Н.Г. Эмоциональный интеллект как ключевая компетенция современного менеджера. *Бизнес-образование в экономике знаний*. 2016. № 2 (4). С. 7–11.
3. Босенко Ю.М., Берилова Е.И. Личностные и когнитивные факторы стрессоустойчивости спортсменов высокого класса. *Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика»*. 2015. Т. 21. № 2. С. 106–110.
4. Бредберри Т., Гривз Дж. Эмоциональный интеллект: самое важное. Москва : АСТ Москва, 2008. С. 89.
5. Берилова Е.И. Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола. *Материалы науч. и науч.-метод. конф. проф.-препод. состава Кубан. гос. ун-та физ. культуры, спорта и туризма*. 2015. № 2. С. 144–145.
6. Гасанпур М.К. Сравнение эмоционального интеллекта у студентов-спортсменов и неспортсменов с точки зрения его роли в управлении индивидуальными и социальными эмоциями. *Вектор науки ТГУ. Серия «Педагогика, психология»*. 2014. № 1 (16). С. 46–48.
7. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: Ценное практическое руководство по развитию и совершенствованию эмоций человека / пер. с англ. А.П. Исаевой. Москва : Хранитель, 2008. С. 201–205.
8. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Е. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / пер. с англ. Москва : Альпина Бизнес Букс, 2005. С. 156.
9. Илясова Н.В., Агавелян Р.О. Особенности эмоционального интеллекта спортсменов индивидуальных и командных видов спорта. *Проблемы науки*. 2014. № 11 (29). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-emotsionalnogo-intellekta-sportsmenov-individualnyh-i-komandnyh-vidov-sporta> (дата обращения: 13.12.2019).
10. Малкин В.Р., Рогалева Л.Н., Бредихина Я.А. Изучение влияния спорта на эмоциональный интеллект студентов-спортсменов. *Международ. студ. науч. вестн.* 2017. № 4–8. URL: <http://www.eduherald.ru/ru/article/view?id=17659> (дата обращения: 05.02.2020).
11. Петровская Т. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов. *Наука в олимпийском спорте*. 2014. № 4. С. 60–63.
12. Malinauskas R. Peculiarities of emotional states of sportsmen in cyclic sports. *International journal of sport psychology*. 2003. № 34 (4). P. 289–298.
13. Mayer J.D., Salovey P.D., Caruso R. Emotion intelligence: theory, findings, and implication. *Psychol. Inq.* 2004. Vol. 15. № 3. P. 197–215.

АКТУАЛІЗАЦІЯ ПРАЛОГІЧНОГО ТА ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ В ГЛИБИННОМУ ПІЗНАННІ ПСИХІКИ

ACTUALIZATION OF PRALOGICAL AND LOGICAL THINKING IN IN-DEPTH COGNITION OF THE PSYCHE

Відкриття академічними психологами питань діяльнісного підходу до розуміння психіки лише опосередковано стосується розвитку психодинамічної парадигми. Проте контекстний зв'язок наявний особливо крізь призму ідей відомих психологів О. Бодалева, Л. Петровської, Б. Зейгарник та ін., які займалися питаннями взаємовідносин у системі «людина ↔ людина». Важливими для нас є також праці фізіологів П. Анохіна, Н. Бернштейна, К. Судакова, які фондували проблему «інформаційних еквівалентів», що пояснює здатність психіки до перекодування ідеальної (невидимої) інформації у форми, що піддаються сприйняттю і спостереженню (сновидіння, вільні асоціації, описки, обмовки чи малюнки). Стаття ґрунтується на емпіричному матеріалі методу активного соціально-психологічного пізнання (скорочено АСПП), що реалізується в груповій формі роботи. Зазначений метод передбачає самостійне виконання тематичних психомалюнків і доповнення їх репродукціями художніх полотен, які ілюструють у публікації представлені фрагменти емпірики.

АСПП поєднує теоретичні та практичні аспекти, а використовувані методи (у їх інструментальному нюансуванні) підпорядковані єдиному сформульованому нами закону: «позитивна дезінтеграція психіки і вторинна її інтеграція на більш високому рівні психічного розвитку суб'єкта». Глибинне пізнання психіки в межах заявленого закону вимагає від ведучого групи АСПП розуміння латентних рівнів функціонування психіки в невід'ємності її сфер (свідоме/несвідоме). Холістичний підхід до розуміння психічного здійснюється на стенографічному матеріалі груп АСПП. Використання в АСПП візуалізованої самопрезентації її учасників зумовило нашу увагу до фактажу перекодування ідеальної (психічної) реальності в предметнену за збереження інформаційних еквівалентів. Останнє сприяло реалістичності ідей візуалізації психіки суб'єкта з подальшим аналітико-діалогічним аналізом її, у процесі якого синтезується логічне й пралогічне мислення.

Ключові слова: активне соціально-психологічне пізнання (АСПП), архаїзми, глибинне пізнання, закон співпричетності, особи-

стісна проблема, пралогічне мислення, логічне мислення.

Discoveries by academic psychologists of various issues of the activity approach are only indirectly related to the development of the psychodynamic paradigm. Although the contextual connection is always considerable, especially through the prism of the ideas of famous psychologists A. Bodalev, L. Petrovskaya, B. Zeigarnik, etc., concerning the relationship in the system "man-man", as well as physiologists P. Anokhin, N. Bernstein, K. Sudakova, etc. The problem of "information equivalents" is associated with the confirmation by physiologists of the ability of the psyche to recode ideal (invisible) information into forms that can be perceived, observed (dreams, free associations, slips of pen, slips of tongue).

The material of the article is based on the empirical material of the active socio-psychological cognition method (abbreviated ASPC), implemented in group form. This method assumes independent performance of thematic psychodrawings supplemented by reproductions of works of art that illustrates the fragment of empiricism presented in the article.

ASPC combines theoretical and practical aspects, and the methods used (in their instrumental nuances) are subject to a single law formed by us: "Positive disintegration of the psyche and its secondary integration at a higher level of mental development of the subject". In-depth cognition of the psyche within the framework of the stated law requires the leader of the ASPC group to understand the latent levels of the functioning of the psyche in the inalienability of its spheres (consciousness/unconsciousness). A holistic approach to the understanding of the mental is carried out on the stenographic material of the ASPC groups. The use of the visualized self-presentation of its participants in the ASPC led to increased attention to the fact of recoding the ideal (psychic) reality into the objectified one with the preservation of information equivalents. The latter contributed to the realism of the idea of visualization of the subject's psyche with its subsequent analytical-dialogical analysis, in which logical and pralogical thinking is synthesized.

Key words: active social-psychological cognition (ASPC), archaisms, in-depth cognition, the law of involvement, the personal problem, pralogical thinking, logical thinking.

УДК 159.9.072.5
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.32>

Яценко Т.С.

д.психол.н., академік
Національна академія педагогічних наук України,
професор кафедри
практичної психології
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова

Галушко Л.Я.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Центральноукраїнський державний
педагогічний університет імені
Володимира Винниченка

Ткаченко К.В.

аспірантка кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Вступ. Стаття побудована на емпіричному матеріалі використання методу «Активне соціально-психологічне пізнання» (далі – АСПП), який спирається на предметнення психіки (ліплення, іграшки, власні тематичні психомалюнки, підбір репродукцій художніх полотен з визначенням їх психологічної теми). Метод АСПП передбачає групову форму роботи, що ґрунтується на наших багаторічних відкриттях впливу на психіку індивіда архаїчного спадку людства, зокрема й пралогічне мислення.

«Психіка виникає, існує й розвивається, – каже В. Іванніков, – не сама по собі..., а на основі конструйованих суб'єктом активностей образів поведінкового простору їх життя» [2, с. 29].

Сказане вище пояснює той факт, що психодинамічна парадигма передбачає візуалізацію самопрезентації учасників груп АСПП. Науково-практичні результати, отримані нами, ґрунтуються на функціональній єдності теорії і практики, діагностики й корекції пралогічного та логічного мислення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Ми спираємося на припущення, що візуалізація суб'єктом власної психіки ґрунтується на специфіці *пралогічного мислення*, яке виявляється не лише в його архаїчній здатності до анімізації (одухотворення предметного світу), а й до *опредметнення власної психічної (ідеальної) реальності* зі збереженням інформаційних еквівалентів, що розкрито відомими фізіологами (П. Анохін, К. Прібрам, К. Судаков) [1; 6; 7].

Доказова база вищевказаної позиції підтверджується результатами дослідження стенографічного матеріалу груп АСПП. Аудіо-та відеозаписи глибинного процесу пізнання свідчать про наявність інформаційного обміну між підсистемами психічного незалежно від форм самопрезентації (вербальна ↔ образна). Сказане переконує в причетності психіки до перекодування ідеальної (духовної) реальності у візуалізовану, що підтверджує наявність у сучасної людини – з розвинутим логічним мисленням – пралогічних здібностей [12; 13]. Усе це відкриває нові перспективи глибинного пізнання психіки в неусвідомлюваній сутності завдяки здатності її до опредметнення, що відкрило перспективи об'єктивності глибинного пізнання з опорою на опредметнений базис самопрезентації учасника АСПП з урахуванням підпорядкованості зображень законам твердого світу.

Водночас береться до уваги суб'єктивізм психіки з можливими відступами від реальності. Нам удалося констатувати специфіку впливу системи психологічних захистів (як периферійних, так і базальних). Глибинне пізнання (синонім АСПП) передбачає наявність у ведучого групи здатності «прочитувати» смисли, зумовлені активністю обох сфер психіки, що є важливою передумовою успішної діалогічної взаємодії, продуктивність якої залежить від діагностичної точності постановки запитань психолога респондентові.

Отже, метод АСПП ґрунтується на візуалізованій платформі глибинного пізнання, яка відкриває перспективи науково-дослідного розкриття домінантності мотиваційного потенціалу пралогічного мислення сучасної людини.

У груповому процесі АСПП ми стикаємося з двоплосинними характеристиками глибинного пізнання психіки, як-от: «об'єднання – роз'єднання», «динаміка – статика», «інтеграція – дезінтеграція», «видиме – невидиме» (але енергетично потентне), «реальне – віртуальне», «справжнє – уявне (бажане)» тощо. Двоїстість семантики зазначених бінарних характеристик виявив психіки (об'єктивованих у малюнках) свідчить про активність пралогічного мислення в самопрезентативних процесах психіки сучасної людини. Пралогічному

мисленню властива бінарність сприйняття: і «те» – і «те», на відміну від логічного, для якого прийнятним є «або» – «або». Ми наводимо ілюстративний матеріал, який емпірично підтверджує дієвість пралогічного мислення в процесі об'єктивування особистісних проблем суб'єкта.

Емпіричний матеріал груп АСПП уможливив виявлення дієвості *закоу співпричетності*, здатного об'єднувати суперечливі сторони психіки. У разі «художньої» візуалізації психіки це виявлялося в можливостях кожного респондента розташувати власні презентанти за порядком їх емотивної значущості для нього («імплицитний порядок», див. «Модель внутрішньої динаміки психіки», рис. 1). Таку здатність Л. Леві-Брюль назвав «сліпою навичкою руки» [3]. Привертає увагу той факт, що будь-які протиріччя між художніми зображеннями не відіграють ролі в сприйнятті респондентом. У цьому й полягає пралогізм мислення, який зумовлює специфічність перцепції зображень у їх імплицитному порядку, інтегрованому у свідомих і несвідомих виявах, що мають відмінності за функціональною асиметрією. Про співвіднесеність логічного і пралогічного мислення Л. Леві-Брюль пише: «Само собою сусідство системи понять, яка чітко впорядкована згідно з логічними законами, не має ніякого впливу на пралогічне мислення» [8, с. 255]. До того ж Л. Леві-Брюль щодо психіки сучасної людини стверджує: «Завжди будуть незмінними колективні уявлення, що відображують емоційний складник відчуття співпричетності, які не піддаються об'єктивуванню ні в їх нелогічній суперечливості, ні у фізичному безсиллі» [8, с. 255].

Багаторічна практика ведення групи АСПП зумовила накопичення величезного багажу емпіричного матеріалу, який доводить, що психіка сучасної людини не втратила підпорядкованості пралогічним законам, дотично до яких логічне мислення програє енергетично, оскільки за пралогічністю криється *домінантна мотивація*.

«Невидимий горизонт»¹ відкриває широкий простір для об'єктивування пралогічного спадку психіки за його нейтральності до функціональних протиріч обох сфер, адже він презентує «представництво» як свідомої сфери, так і несвідомої. Завдяки такій здатності психіка суб'єкта легко справляється із завданням – «упорядкування візуальних презентантів». Спостерігається парадоксальність послідовності малюнків: один «за життя», а інший – «за смерть». Сказане є непомітним для індивіда, тому послідовність визначення порядку розташування малюнків респондентом визначається швидко, без труднощів.

¹ Термін С. Хокінга.

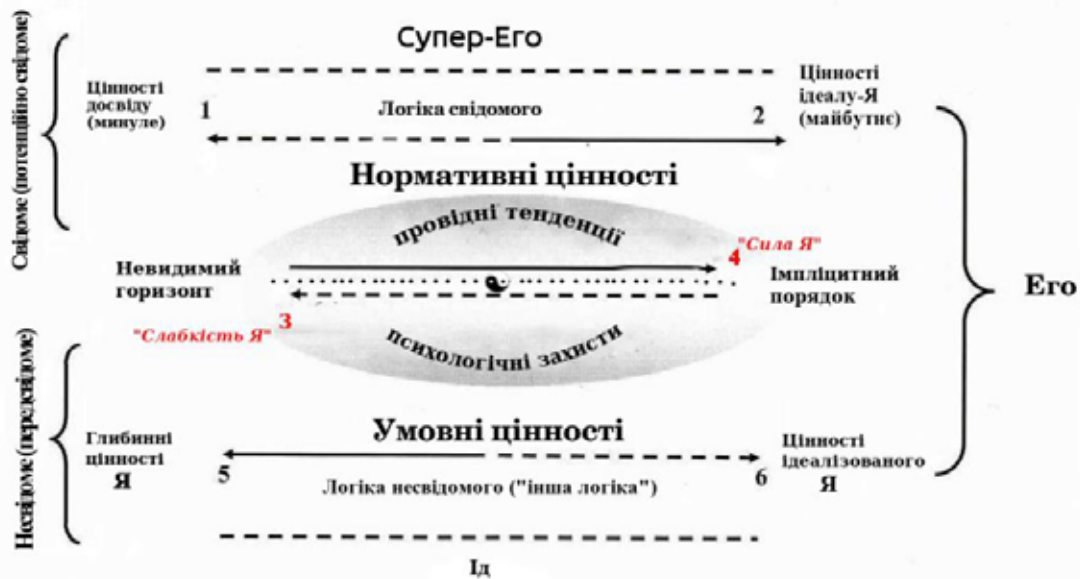


Рис. 1. Модель внутрішньої динаміки психіки

Пралогічність мислення суб'єкта пояснює причину суперечливості власної психіки, що виявляється у візуалізованих презентантах. Система АСПП спирається на факт синтезу сфер свідомого та несвідомого, для яких характерна функціональна асиметрія.

Провідну роль у глибинному пізнанні відіграє архаїчна заданість «енергетичного потенціалу» психіки, що відображає категорія «домінантна мотивація». Це пояснює факт ірраціональності в мисленні звичайної людини, а також її алогічні вчинки. Виявлення глибинних причин зазначених феноменів є прерогативою груп АСПП. *Суб'єктивізм, що задається системою периферійних психологічних захистів, сформованих за життя особи, зумовлений об'єктивними, хоча й неусвідомлюваними детермінантами (у їх архаїчній заданості), пов'язаними з базальними захистами.* Сказане звертає увагу психолога на те, що процес вияву несвідомих параметрів психіки назовні у візуалізованих презентантах ураховує закони природи, що свідчить про факт невід'ємності сфер свідомого та несвідомого.

Значущість захистів полягає в маскуванні домінантної мотивації вчинків людини, що виявляється в спонтанній заданості активності суб'єкта. Глибинне пізнання психіки спирається на об'єктивне пізнання неусвідомлюваних суб'єктом детермінант, які «прагнуть заявити про себе в поведінці». Сказане вище пояснює необхідність задіяння в процес АСПП об'єктивних (опредметнених) засобів, підпорядкованих законам твердого світу (малюнки, моделі з каменів, ліплення тощо). Завдяки цьому й відбувається об'єктивування інформаційних еквівалентів психіки, які потребують їх дешифрування в діалогічній взаємодії.

Водночас «об'єктивність», про яку йдеться, незмінно відрізняється відносністю, оскільки вона не може виявитися у «відкритій формі» через суб'єктивність психіки, задану периферійною формою захисту. Тому, крім «об'єктивних засобів самопрезентації», характерних для АСПП, важливим є професійне ведення діалогу («П ↔ Р»), що забезпечує хвилеподібну «лінійність» процесу, яка відкриває перспективу релевантності пізнання.

Візуалізовані засоби створюють опосередковану платформу для об'єктивування цілісності психіки завдяки опредметненій самопрезентації учасників АСПП. Узагальнена лінія впливу архаїчного спадку на психіку конкретного індивіда виявляється в параметрах мотиву «стражденності», який респондент невидимо для себе привносить у матеріал самопрезентації.

Дослідження проблеми архаїчного спадку людства дало змогу виявити його інтегрованість із тенденцією «до самопокарання», характерну для мазохізму. Мимовільна (неконтрольована свідомістю суб'єкта) архетипізація засобів самопрезентації відкриває перспективи об'єктивності глибинного дослідження пралогічних аспектів психіки. *Символіка архаїзмів набуває місії адепта здібностей людини до індивідуалізованої репрезентативності глибинних смислів психіки.* Останньому сприяють захисні механізми, а саме: проєкція, проєктивна ідентифікація, заміщення, перенесення, раціоналізація тощо. Процес візуалізації психіки відрізняється синтезом чинників універсального (базального) й індивідуально-неповторного захисту. Глибинне пізнання прямолінійно не стосується жодної зі сфер психіки. Психолог «слідую за спонтан-

ною ініціативою суб'єкта», діалогічно визначає динаміку процесу пізнання «між» сферами психіки у фарватері «невидимого горизонту» (див. рис. 1) – це провідний орієнтир динаміки АСПП.

Глибинне пізнання спирається на «ймовірнісну логіку», яка враховує двоплощинність реальностей («те» і «те»), у формальній же логіці (якій підпорядковане свідоме) є чітка вимога: «те» або «те». Орієнтиром в АСПП є енергетичні пріоритети. Важливо розуміти, що в глибинному пізнанні відсутня «конкретизованість процедури пізнання наперед», проте існує його заданість психодинамічною методологією. Глибинне пізнання передбачає розкриття смислової сутності об'єктивування психіки в спонтанній поведінці суб'єкта. Останнє пояснює факт «слідування психолога за респондентом», за його внутрішньо заданою мотивованістю ініціатив. Динаміка глибинного пізнання відрізняється непомітним переходом від мови прогнозів до їх підтвердження завдяки розумінню «смилових параметрів»², які впливають на впорядкування поведінкового матеріалу («імпліцитний порядок»).

Глибинне пізнання відрізняється від інших його видів тим, що здійснюється в умовах відсутності можливостей повного усунення ймовірності, а отже, і перспектив усвідомлення чогось «до кінця». Функціонування групи АСПП завжди містить чинник неповної достовірності, заданий несвідомою сферою. Тому істинна психокорекція проходить не стільки в групі, яка функціонує за специфічними принципами, скільки в реальному житті. Критерій особистісної проблеми, яка може бути об'єктивована в АСПП, є суперечливість мимовільної спрямованості спонтанних (проте усвідомлюваних) ініціатив психіки суб'єкта, націлених на утвердження гідностей «Я» з предметним матеріалом неусвідомлюваного ущемленості «Я». Розпізнання суб'єктом виявлених в АСПП деструкцій психіки в різних життєвих ситуаціях спонукає до внесення корективів у власну поведінку.

Особливу роль у глибинному пізнанні відіграють асоціативні взаємозв'язки, які виявляються в процесі діалогічної взаємодії («П ↔ Р»). Це пов'язано з категоріями «динамічна статика» й «усталена динаміка», що уточнюються через певні поняття, а саме: диспозиція, тенденція, імпринтинг, слід, фіксація, вимушене повторення, ходіння по хибному колу тощо [9]. Усі зазначені категорії дотичні до вектора енергії, що є провідним у глибинному пізнанні психіки конкретного суб'єкта, який задається доміантною мотивацією.

Імовірнісне прогнозування створює базис для глибинного пізнання психіки, зокрема для розкриття характеристик пралогічного мислення. Цей вид пізнання побудований на **індуктивній імовірності**, що впливає на узагальнення результатів **діалогічної взаємодії** [10].

Індукція не гарантує абсолютної істинності практичних узагальнень (чим вона відрізняється від дедукції). Інтерпретаційні підсумки є наслідком індуктивності діалогічної взаємодії як основи результативності АСПП. Використання візуалізованих (опредметнених) засобів самопрезентації створює **об'єктивну платформу для ймовірнісного прогнозування**, що зближує процес глибинного пізнання з логікою мислення. За таких «матеріалізованих помічників» в організації АСПП *категорія «ймовірність» співвідноситься не стільки із суб'єктивізмом людини, скільки з її «очікуваннями»*. Прогнози психолога-ведучого: глибинне пізнання ґрунтуються на вмінні прочитувати смисли, які перебувають за «вербально – невербальним» контекстом. Саме така здатність психолога наближує діагностико-корекційний процес до об'єктивності розуміння того, що приховане за спостережуваним і почутим. У цьому ми торкаємося пралогічної реальності феномена психіки, що актуалізується завдяки архаїчності мисленнєвого потенціалу людини. Розуміння смислів психологом, який веде діагностико-корекційний процес, є передумовою успішної його діалогічної взаємодії в управлінні глибинним пізнанням.

«Рятівним кругом» для ведучого групи АСПП є імовірнісне прогнозування, яке залишається за кадром академічного підходу до пізнання психіки. Адекватність і результативність постановки запитань психологом респондентові передбачає розвинутість мнемічних навичок тримати в полі зору весь напрацьований матеріал³ – від початку й до моменту «тут і зараз», що відбувається в групі АСПП. Найважливіше – відчувати й констатувати протиріччя, які виявляються в отриманому матеріалі, непомітному для респондента. Сказане вище пояснює факт *пралогічної нейтральності психіки респондента до протиріч, які він сам продукує спонтанною поведінкою та її поясненнями, що ілюструють візуалізовані презентанти*.

Темпоральність (розлогість у часі) процесу глибинного пізнання лише відносно задається психологом, який слідує за вектором «енергетичної пріоритетності» ініціатив респондента, включно й обсягу запропонованих ним самопрезентантів. Ми погоджуємося з біхевіористами, які центрували увагу на пізнанні тих феноменів, що «заявили про себе в площину спостереження». Мимовільна ініціатива респондента, зрештою, визначає як «логіку

² Нами враховано ідеї А. Леонтьєва й Д. Леонтьєва щодо проблеми «смысл» [4; 5].

³ Термін «матеріал» використовується в його психоаналітичному розумінні.

свідомого», так й «іншу логіку» («логіку несвідомого»), недоступну його усвідомленню без зовнішньої допомоги фахівця. У цьому спостерігається латентність *пралогічної двоїстості психіки*, як й узагальненість сутності *предасоціацій* суб'єкта, смисл яких є *архаїчно* заданим [11; 12]. Інтуїція – ось що керує рукою людини під час створення (чи підбору) психомалюнків для самопрезентації.

Наукові узагальнення здійснюються нами в процесі аналізу стенографічного матеріалу (завдяки аудіо- та відеозаписам), які піддаються структурно-семантичному аналізу. Отже, феноменологія процесу АСПП є безпосередньо зорієнтованою на інтереси власної психокорекції учасників глибинного пізнання та самопізнання.

Зауважимо, що психолог не повинен самотійно розставляти акценти (на власний розсуд) у поведінковому матеріалі, що напрацьовується в групі. Для цього потрібно вміти прочитувати смисли (як орієнтири) та спиратися на них в інтерпретаційних узагальненнях поведінкового матеріалу. Глибинна психокорекція хоча й опосередкована, але ґрунтовно спирається на емпіричну аргументацію, яка передбачає інтерпретацію напрацьованого поведінкового матеріалу. Важливо забезпечити переорієнтування усталеної спрямованості активності суб'єкта з вектора «уникнення невдачі» на інший – «досягнення успіху». Пізнання невидимих (латентних) детермінант спонтанної активності учасника АСПП сприяє виявленню їхньої причетності до пралогічного синтезу: реального та бажаного; свідомого та несвідомого; позачасового та варіабельного; загальнолюдського (колективні уявлення) й індивідуалізованого. Завдяки глибинному пізнанню суб'єкт *набуває адекватної саморефлексії власної поведінки, яка сприяє як особистісному благополуччю, так і соціально-професійному зростанню, що веде до успіху.*

Соціальне становлення людства, як і психічний розвиток кожного індивіда, пов'язано з виникненням двох систем психологічних захистів: *ситуативної* (стимульованої зовнішніми вимогами до поведінки суб'єкта) і *базальної* (спорідненої з архаїчно заданим мотиваційним потенціалом активності особи). Зазначена *подвійність захисту*, безсумнівно, *свідчить про пралогічність характеристик захисної системи людини*. Особливість «захисної» системи полягає в тому, що вона здатна обходити невідгядну для престижу «Я» реальність шляхом нівелювання, ігнорування та викривлення її.

«Відступи від реальності» сприяють нейтралізації протиріччя між «Я – реальним» і «Я – ідеальним» завдяки наближенням «Я» до «Ідеалу» на уявних засадах. Генезис «психологічного захисту» відрізняється зрощені-

стю з пралогічним мисленням, якому характерна нейтральність до протиріч, через що суб'єкт їх не помічає. Можна припустити: саме так зароджувалася роздвоєність психіки (свідоме/несвідоме), стимульована не лише табу на інцестне єднання, а й впливом соціальних вимог до показників престижу та високості власного «Я». Усе це спричинює виникнення в психіці *двосуміжних площин*: реальне/уявне; видиме/латентне; санкціоноване/заборонене (табуйоване); земне/віртуальне; заохочуване/осуджуване тощо.

Емпіричний матеріал доводить доцільність розрізнення захистів за параметрами детермінації: *архаїчний спадок – базальні захисти*; пристосування до вимог соціуму – *ситуаційні (периферійні) захисти*. Периферійний захист компенсаторно закриває люфт розбіжностей між істинною реальністю психіки й ідеалом «Я». Психоаналітичний процес АСПП спроможний нівелювати (розвінчувати) уявні, ілюзорні маскування внутрішньої суперечливості психіки суб'єкта. «Пралогічне мислення, – пише Л. Леві-Брюль, – відображає особливу структуру, що функціонує спільно зі структурою логічної думки». Далі вчений стверджує: «Розум первісних не є чимось іншим, ніж у нас» [8, с. 236]. Ураховуючи сказане, упевнено можемо констатувати: «психіка знає все» (не знає лише свідоме «Я»).

У процесі глибинної психокорекції виявляються (на об'єктивному матеріалі) розбіжності між «реальним» і «бажаним» «Я», таким, що поглинає енергію. Іноді суб'єкт намагається перекрити це зайвою впевненістю, демонстративною претензійністю поведінки, демонстрацією переваг та екстравагантністю. Помічником на «цьому шляху» становлення психіки є механізми периферійного захисту, здатні породжувати тенденцію до знецінювання (дискредитації) іншої людини применшенням її заслуг на тлі гіперболізації власних досягнень. Це деструктує відносини між людьми виявами зверхності. Наслідком може бути мстивість, заздрощі, ревнощі, що зумовлені тенденцією суб'єкта до престижу власного «Я».

Стаття доводить важливість розпізнання суб'єктом специфіки виявів його автоматизованих (периферійних) психологічних захистів, що сприяє розвінчанню деструктивних тенденцій поведінки та запобіганню їм. «Передісторія» формування пралогічного мислення має зв'язок зі слідами витіснень, які дають змогу констатувати лінію пролонгації захисної лінії в архаїчних мотивах, асимільованих із базальними захистами суб'єкта. У глибинно-корекційній роботі є не лише перспективи розкриття смислових параметрів архаїчних (універсальних) тенденцій психіки, властивих людству (комплекс Едіпа, вина, жертвопринесення, рабоволодарювання/рабопідкорення),

а й виявлення домінантності мотивації, зада-ної едіпальною залежністю як провідним архаїчним спадком [11]. Зазначене вище часто приглушує, зтушовує потентність логічного мислення суб'єкта у вирішенні особистісно значущих питань.

У малюнках мимоволі візуалізується активність архаїзмів, завдяки чому об'єктивується особистісна проблема (внутрішнє стабілізоване протиріччя) респондента. Методологічно це сприяє релевантності методу АСПП, який спирається на природню здатність психіки до перекодування в опрідметнені форми зі збереженням їхніх інформаційних еквівалентів. Пралогічна сутність психіки в АСПП засвідчена необхідністю «оживлення» опрідметнених презентантів, що відбувається в діалозі психолога з респондентом. Процес діалогічної взаємодії в системі «П ↔ Р» сприяє наповненню опрідметненого презентанта емотивно та семантично значущим для респондента змістом. Сказане вказує на той факт, що *глибинне пізнання передбачає забезпечення дослідної місії у двох площинах: об'єктивній (опрідметнений презентант) і суб'єктивній (сприйняття його суб'єктом)*. Остання (суб'єктивна) передбачає «привласнення» презентанта через емотивно-значущий його зміст. Вищезазначене сприяє залученню пралогічного мислення до процесу глибинного пізнання, вияв якого відрізняється індивідуальною неповторністю. Це наближує психоаналітичну процедуру до антигерменевтичного процесу через відсутність у ній апіорі заданої конкретизації – змістової даності психіки. Тому важливо в діалогічній взаємодії покроково накопичувати поведінковий матеріал, який піддається інтерпретації. Лише поздовжній аналіз поведінкового матеріалу сприяє виявленню внутрішньої суперечливості психіки, яка потребує рішення для оптимізації функціонування психіки. Важливим є накопичення матеріалу в довготривалому процесі діалогічної взаємодії, що сприяє виявленню (поздовжнім шляхом) несвідомих тенденцій. Несвідоме, заявляючи про себе назовні, вирішує водночас два завдання: об'єктивування смислу і приховування його. Це визначає полізначність символіки, яка може бути конкретизована (наближенням її багатозначності до однозначності) лише через напрацювання діалогічного матеріалу. Тому важливим є забезпечення поздовжнього аналізу поведінкового матеріалу, у якому ітеративність та інваріантність смислових параметрів відкривають перспективи пізнання його. Важливо констатувати індивідуалізованість психіки кожної людини, подібно до «відбитка пальця», оскільки *саме несвідомі чинники психіки задають її неповторність*. Донині факт індивідуальної неповторності психіки кожної людини нівелюється академічною

психологією, яка надає пріоритет узагальненим (кількісним) показникам. Зокрема, їх узагальненість і кількісність показників відзначається пралогічністю у зв'язку з колективністю понять у первісних людей, яким характерне узагальнене розуміння предметів. Тоді валідність кількісних показників є відносним критерієм пізнання психіки, що вказує на пралогічність позиції академічної психології. Глибинне пізнання незмінно відкриває перспективи об'єктивування індивідуальної неповторності психіки суб'єкта.

Стаття розкриває можливості пізнання архетипної символіки (як адепта архаїзмів), що сприяє глибинному дослідженню прихованих від свідомості суб'єкта мотивів, зокрема домінантного мотиву, який піддається експлікуванню в процесі АСПП. Це підтверджує гіпотезу про залежність активності психіки суб'єкта від неконтрольованої особою домінантною мотивації, яка ґрунтується на позадосвідних утвореннях психіки, включно і їх архаїчну заданість. За таких умов провідну роль відіграють двоплощинні реальності, а саме: сон і дійсність; уявне та справжнє; бажане та повсякденне тощо. Лейтмотивом є едіпальна залежність, яка також має двоплощинну реальність (бажане й недоступне), що відповідає законам функціонування пралогічного мислення: реальність сну перетворюється на дійсність через емотивні самовідчуття, які не існують у звичайному житті. «Домінанта комплексу Едіпа» має тенденцію виявитися в її наслідках, як-то: вина й тенденція до самопокарання, що за енергетичною силою може перевершувати інстинкт самозбереження.

Пралогічне мислення здатне відтіснити логічне, послабити його життєву позицію, що підтверджується зниженням чуття до загрози життю, як і ризику смерті, що зачасти ілюструє поведінка підлітка. Підсумовуючи, можна ствердити, що архетипна символіка в групах АСПП сприяє об'єктивуванню як універсальності законів психіки (зокрема едіпальної залежності), так і їх індивідуалізованості вияву через поведінковий фактаж у неповторності для кожної особи.

Наукові обґрунтування результатів процесу глибинного пізнання в групах АСПП вибудовуються на стенографічному матеріалі, що дає змогу констатувати «зрощеність» позадосвідних (онтогенетичних) утворень психіки в кожного індивіда з архаїчним спадком. Це підтверджується єдністю законів психокодекції для кожного учасника, що ґрунтується на універсальності мотиваційних стимулів, характерних для двоплощинної реальності, як і необхідності об'єктивування в діалогічній взаємодії індивідуальної неповторності кожного учасника процесу АСПП. Домінантна мотивація спроможна створити «психологічну



Рис. 2. Психомалюнок учасника групи АСПП: «Я – реальне, Я – ідеальне»

гойдалку» в емоційному самовідчутті суб'єкта, тому глибинний формат надання допомоги учаснику АСПП відзначається синтезом двох ліній пізнання: загальної (архаїчно універсальної) та індивідуально-неповторної в їх синтезі. Це пояснює *єдиність процесу глибинно-корекційної діалогічної взаємодії, яка спирається на процесуальну психодіагностику.*

Таїнство можливостей єднання універсального з індивідуалізованим у психіці суб'єкта криється в архетипних можливостях *перекодування ідеальної (психічної) реальності в спостережувану за збереження інформаційних еквівалентів* [1; 6; 7]. Пізнання смислів, як і робочої платформи реалізації глибинного пізнання, вимагає від психолога, що веде процес, забезпечення поступальності й багаторівневості в АСПП. Це сприяє накопиченню діалогічного матеріалу, який і відкриває перспективи об'єктивування інваріантності, повторюваності й незмінності певних тенденцій, що знаходяться поза усвідомленням суб'єктом.

Професіоналізм психолога особливо відчутний і вирішальний в ефективності *інтерпретаційних узагальнень, які передбачають співвіднесеність комунікату респондента «тут і зараз» із попереднім поведінковим матеріалом* (від початку сеансу). Так відкриваються перспективи виявлення внутрішнього, неусвідомлюваного, проте стабілізованого протиріччя психіки, що становить *«особистісну проблему суб'єкта»*, на якій і зосереджується увага в АСПП. Сказане потребує розширення самоусвідомлення суб'єктом власних протиріччя психіки завдяки розкриттю їх глибинних витоків.

Наступною важливою характеристикою пралогічного мислення є подвійність сприйняття, що зтушовує відмінності між надприродним і реальним; видимим і невидимим; віртуальним і справжнім. Для пралогічного мислення каузальні зв'язки визначаються на дотичності асиметричних (двосуміжних) площин. Тому важливо звертати увагу на психо-

малюнки з використанням символу Ін-Ян, особливо на роль у ньому сполучної ланки (лінії), яка єднає в собі й Ін, і Ян. Сказане найбільш випукло ілюструється психомалюнками учасників АСПП із зображенням власних особливостей психіки через символ Ін-Ян.

Пралогічність психіки (рис. 2) виявляється у двоплощинності її характеристик: якщо вони порівню урівноважені, то респондент є носієм їх через єднальні (сполучні) лінії між двосуміжністю – протилежними аспектами власного «Я». Бік зліва (рис. 2) утілює символи чорта (темний фон, ріг, хвіст), а справа – ангела (сонце, крило), це значить, що автор малюнка відчуває внутрішню суперечливість, тому й ілюструє два боки свого «Я».

З давніх часів Ін і Ян представлялись архетипно як два початки природи, не лише у вигляді темного чи світлого, а це могло бути й чоловіче, і жіноче; тверде і м'яке (податливе); верх і низ. Символ Ян асоціюється з небом, а Ін – із темним, жіночним, материнським (Земля); Ян – це рух, а Ін – спокій, нерухомість. У сфері мислення Ін представляє гнучкий, інтуїтивний жіночий розум, а Ян – чіткість, раціональність чоловіка. Універсальний символ Ін-Ян – це симетрія сторін, але в психомалюнках вона порушується, завдяки чому й передається певна важлива соціально-перцептивна інформація. Висловлене вказує на той факт, що в житті симетрія означеного символу є відносною, не статичною. У китайській культурі усталеною є позиція, що «життя» – це гармонійна суміш Ін-Ян. Архетипність цього символу засвідчують психомалюнки, у яких часто використовується Ін-Ян для передачі-змісту власного «Я» чи певних подій, що порушили внутрішню гармонію психіки.

Наведемо декілька прикладів із груп АСПП, у яких учасники використовували для самопрезентації символ «Ін-Ян». На рис. 3 респондент передає драматичну подію життя, яка енергетично імпотувала його (енергія витекла), хоча за кольором вона й різна (мортідо, лібідо, відповідно, – темна і світла). Цей символ (рис. 3) указує, що маленькі кружечки (усередині двох частин) мають однакове забарвлення, це натяк на відсутність динаміки, взаємодії між Ін і Ян, тоді як вона причетна до сутності життя.

На рис. 4, за поясненням респондента, у центрі – батьки (чорне і біле), а циркулюючі кружечки – сам протагоніст. Матір символізує чорний кружечок; батько – білий. Автор малюнка показала свою залежність від батьків, яка позбавляє її самостійності та свободи. Дорога її життя (за назвою малюнка) відзначається залежністю від батьків (хибні кола – відсутність самостійності). Той факт, що протагоніст представила себе маленькими кружечками (одного й іншого кольору), указує на залежність від обох батьків, а те, що «кружечки» неприродно вирвалися

на свободу із «символу Інь-Ян», свідчить про її велике прагнення до власної сепарації. Однак, як показує малюнок, респондент поки що її не має через надмірне тяжіння до батьків. Так, на рис. 4 з використанням архетипного символу Інь-Ян респондент виразила об'ємний зміст, який розповів про усталені взаємини між батьками; відсутність маленьких кружечків указує на кризу перспектив у взаєминах.

Символ Інь-Ян є енергетично сильним і має невидимий вплив на візуалізовану самопрезентацію в аспекті виявлення внутрішніх суперечностей. Пояснення цьому криється в наявності в людини двох видів енергій: лібідо (творча, пов'язана з Еросом) і мортудо (руйнівна, яка є супутньою Танатосу).

Емпіричний матеріал, представлений у статті, переконує в наявності позадосвідних утворень психіки з характерною для них інтегрованістю з архаїзмами (життя/смерть; свобода/неволя). Це сприяє суб'єкту адекватно здійснити візуалізацію власних проблем мовою символіки Інь-Ян, специфічно адаптованої до індивідуального досвіду. Усвідомлення суб'єктом глибинних витоків власної психіки допомагає ослабленню активності, що задається чинниками, які втілюють пролонгацію драматизму архаїчного спадку людства.

Незмінна енергетична потентність архаїзмів представлена комплексом Едіпа, який виявляється в архетипній символіці, що уможливлює прочитування психологом смислів, які об'єднують обидві сфери психіки, нейтралізуючи їх суперечливість. Саме це й сприяє професіоналізму забезпечення належної взаємодії в системі «П ↔ Р». Прогностична прицільність запитань психолога, що спираються на смислові параметри інформації, допомагає каталізації мимовільної активності відповідей респондента.

Інакше кажучи, управління процесом АСПП залежить від точності діагностики психолога та його здатності формулювати так запитання, щоб вони послабили актуалізацію опорів. Діалогічний матеріал у його цілісності набуває в групі АСПП діагностико-корекційної цінності за умови накопичення його, завдяки чому й створюється база для узагальнення й інтерпретації, яка спроможна об'єктивувати внутрішню суперечливість психіки, що сприятиме попередженню втрати енергії.

Процес діалогічного аналізу спрямовано на надання допомоги кожному з учасників АСПП шляхом розширення та поглиблення здібностей саморефлексії та самоусвідомлення. Індивідуалізованість глибинного пізнання психіки кожного учасника не зтушовується універсальністю факторів особистісних проблем, а, навпаки, весь процес АСПП зорієнтований на виявлення індивідуальної неповторності респондента. Саме така передумова сприяє гармонізації сфер свідомого й несвідомого. У цьому відіграють роль

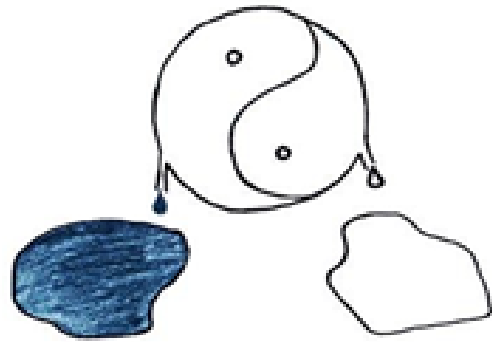


Рис. 3. Психомалюнок учасника групи АСПП: «Драматична подія мого життя»



Рис. 4. Психомалюнок учасника групи АСПП: «Дорога мого життя»

періодичні узагальнення поведінкового матеріалу кожного з учасників АСПП психологом. Процес глибинного пізнання забезпечує науково релевантну платформу для здійснення діалогічного психоаналізу з невід'ємністю практичного ефекту надання неповторної допомоги людині на об'єктивному матеріалі персоналізованій візуалізації психіки. Усе висловлене дає підстави стверджувати: розроблена нами система глибинного пізнання психіки сприяє досягненню професійного акме майбутніми психологами, які проходять глибинну психокорекцію, що враховує пралогічні параметри психіки. Переваги глибинного пізнання – у єдності практики з психодинамічною теорією, недаремно існує вислів: «немає нічого більш практичного, ніж хороша теорія», а «хороша теорія» – та, яка виросла на практиці.

Відкоригованість людини спонукає та каталізує енергію лібідо у вирішенні особистих і професійних завдань. Сказане вище сприяє майбутнім психологам розвинути власні можливості соціальної самореалізації, які ґрунтуються на особистісному зростанні. Учасники АСПП мають змогу усвідомити латентні й разом із цим енергетично потентні чинники спонтанної активності психіки, які здатні зінтегрувати стан сьогодні й майбутнє, свідоме

і несвідоме, варіабельне й позачасове, статичне і динамічне. Це сприяє розвитку особистісного потенціалу в житті й у професійному самостановленні майбутніх психологів.

Утілюючи основи психоаналізу, глибинна психокорекція створює такі передумови пізнання неусвідомлюваних аспектів психіки, які спираються на пралогічні (архаїчні) можливості суб'єкта. Водночас потрібно пам'ятати, що робота з людьми, які зорієнтовані на професійно-особистісне зростання, потребує діалогічного партнерства в системі «психолог ↔ респондент». Багаторічні дослідження переконують, що індивідуальна неповторність психіки кожної людини може бути пізнанню в глибинних параметрах лише за умов оптимальної діалогічної взаємодії на засадах її опосередкування процесом візуалізації психіки респондента, що архетипно відкриває перспективи актуалізації мови несвідомого. Указана передумова в сукупності з діалогом відкриває можливість скористатися пралогічно-індивідуалізованими надбанями психіки, котрі синтезуються в «домінантній мотивації», яка латентно впливає на енергетичний потенціал суб'єкта та має пріоритетність над зовнішнім його спонуканням до активності.

Висновки. Підсумовуючи матеріал статті, можемо з упевненістю стверджувати, що проходження майбутнім психологом групи АСПП сприяє розвитку його саморефлексії й соціально-перцептивного інтелекту. Дослідження переконує в тому, що пралогічні здібності психіки кожної особи синхронізуються з вищим раціо. Сказане підтверджується тим фактом, що мимовільна активність людини здатна забезпечити адекватну платформу для глибинного пізнання в її прихованій від прямого спостереження мотиваційній заданості, з чим людина самостійно впоратися ніколи не змогла б. Рука людини без жодних труднощів визначає послідовність розгляду підібраних нею візуалізованих самопрезентантів, що засвідчує наявність пралогічних здібностей інтелекту, які не лише відрізняються від соціально-перцептивного формату логічного мислення, а навіть його в певних аспектах перевершують. За умови художньої візуалізації психіки пралогічні її можливості відкривають респондентові перспективи пізнавати в глибинному процесі існування алогічностей у власній поведінці, що каталізуються особистісною проблемою (внутрішньою стабілізованою суперечністю). Той факт, що учасники АСПП без труднощів справляються із завданням визначення послідовності розгляду підібраних чи намальованих ними малюнків, підтверджує наявність у психіці імпліцитного порядку, що гармонізується із законами Всесвіту як і зі «сліпою навичкою руки» (Л. Леві-Брюль), успадкованою сучасною людиною. Здатність психіки до впорядкування візуалізованих матеріалів самопрезентації засвідчує єднання психіки з вищим раціо, що недоступне логічному мисленню. Імпліцитний порядок інте-

грує обидві сфери – свідому і несвідому, тому в цьому «порядку» є лише черговість слідування один за одним, що об'єднує невербальне «представництво» сфери як свідомого, так і несвідомого. Така «мудрість руки» сучасної людини природно спирається на пралогічне мислення.

Аналіз проблеми пралогічного мислення дає змогу більш адекватно розуміти позицію ортодоксального психоаналізу в тому, що «свідоме не є господарем навіть у власному домі». Дослідження доводить: «свідоме» співзвучне з «логічним мисленням», яке у сфері спілкування зачасти дає збій, про що підтверджує ірраціональність вчинків. Сказане вище вказує на необхідність проходження майбутніми психологами груп глибинної психокорекції для розвитку соціально-перцептивних здібностей, які взаємопов'язані з пралогічним мисленням.

Проходження груп АСПП впливає на процеси зінтегрованості психіки її учасників, що каталізує також розширення можливостей логічного мислення у вирішенні особистісних проблем, це забезпечує професійне становлення майбутніх психологів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анохин П.К. Избранные труды. Кибернетика функциональных систем. Москва, 1998. 290 с.
2. Иванников В.А. Идеи А.Н. Леонтьева и их значение для современной психологии. *Культурно историческая психология*. 2013. Т. 9. № 4. С. 29–35.
3. Леви-Брюль Л. Первобытное мышление. *Психология мышления*. Москва: Изд-во МГУ, 1980. С. 130–140.
4. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. Москва: Наука, 1984. 493 с.
5. Леонтьев Д.А. Психологи смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва: Смысл, 2003. 487 с.
6. Прибрам К. Языки мозга. Москва: Прогресс, 1975. 463 с.
7. Судаков К.В. Динамические стереотипы или информационные отпечатки действительности. Москва: Пер Се, 2002. 127 с.
8. Хрестоматия по истории психологии / ред. П.Я. Гальперин, А.Н. Ждан. Москва: Издательство Московского университета, 1980. 296 с.
9. Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції: Підготовка психолога-практика: навчальний посібник / Т.С. Яценко, Б.Б. Іваненко, С.М. Аврамченко та ін.; за ред. Т.С. Яценко. Київ: Вища школа, 2008. 342 с.
10. Яценко Т.С., Глузман А.В. Методология глубинно-коррекционной подготовки психолога. Днепропетровск: Инновация, 2015. 394 с.
11. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми. Дніпро: Інновація, 2019. 283 с.
12. Яценко Т.С. Методология глубинного познания: пралогическое и логическое мышление. Днепр: Инновация, 2021. 323 с.
13. Яценко Т.С. Теория и практика глубинного познания: пралогическое мышление. Republic of Moldova, LAP LAMBERT Academic Publishing, 2021. 364 с.

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

ВПЛИВ ПРОАКТИВНОГО МИСЛЕННЯ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОНАННЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ THE INFLUENCE OF PROACTIVE THINKING ON THE EFFICIENCY OF INTELLECTUAL ACTIVITY

У статті досліджено вплив проактивного мислення на ефективність виконання інтелектуальної діяльності. Звичка до реактивного мислення, що є протилежною до досліджуваного поняття, та явище прокрастинації істотно знижують показник рівня ефективності в інтелектуальній діяльності. Виявлено, що завдяки вихованню в собі звички відкладати важливі завдання на потім людина живе в режимі постійного стресу та робить все в останній момент. Науковці довели, що навичка проактивного мислення впливає на вміння правильно планувати свій час та сприяє якості та своєчасності виконання поставлених завдань. У ході теоретичного аналізу та переосмислення наукових джерел за темою дослідження було встановлено, що вміння людини брати повну відповідальність за всі процеси, що відбуваються у її житті, є одним із показників проактивності людини. Провідні психологи довели, що здатність до проактивного мислення є природною складовою частиною психіки людини. У процесі практичного аналізу теми дослідження, що проводилось за допомогою анкетування, було виявлено, що всі категорії людей різного віку та рівня освіченості мають схильність до прокрастинації. Близько 70% всіх респондентів мають звичку відкладати виконання важливих справ на потім. Відповідно до запропонованих питань було показано, що як старша, так і молодша частина респондентів серйозно ставиться до прийняття рішень. Досвідченіша категорія опитуваних уточнює, що час, витрачений на те, щоб зробити вибір, та серйозність, з якою вони підходять до цього питання, варіюються відповідно до важливості рішення, яке потрібно прийняти. Було виявлено, що респонденти віком 30–50 років краще виховали в собі звичку починати свою роботу з найважливіших завдань та рухатись відповідно до рівня їхньої пріоритетності, на відміну від людей віком 18–30 років. Ключові наукові здобутки полягають у виявленні того, що на здатність до проактивного мислення впливають фактори віку, соціального статусу та рівня ерудованості. Саме досвідченість та вміння бачити своє життя в широкій перспективі мотивують людей до проактивного мислення, яке впливає на

ефективність виконання інтелектуальної діяльності людини.

Ключові слова: проактивне та реактивне мислення, ефективність інтелектуальної діяльності, практичне дослідження явища прокрастинації.

The paper presents a study of the impact of proactive thinking on the effectiveness of intellectual activity performance. It was determined that the habit of reactive thinking, which is the opposite of the concept under study and the phenomenon of procrastination, significantly reduces the level of effectiveness in intellectual activity. It was analysed that by cultivating the habit of postponing important tasks for a long period of time we perform tasks of poor quality and live in a constant stress mode. While scientists have proven that the skill of proactive thinking affects the ability to properly plan one's time and contributes to the quality and timeliness of tasks. During the theoretical analysis and rethinking of scientific sources on the topic of research, it was found that the ability of a person to take full responsibility for all processes occurring in his or her own life is one of the indicators of a person's proactivity. Leading psychologists have proven that the ability to think proactively is a natural component of the human psyche. In the course of practical analysis of the research topic, a questionnaire survey revealed that all categories of people of different ages and levels of education tend to be procrastinators. About 70% of all respondents have the habit of putting off important things for later. According to the questions asked, both older and younger respondents were shown to take decision-making seriously. The more experienced category of respondents specifies that the time taken to make choices and the seriousness with which they approach the matter varies according to the importance of the decision to be made. It was analysed that respondents aged 30–50 years were better at cultivating the habit of starting from the most important tasks and moving according to their level of priority, as opposed to those aged 18–30 years. The key research findings are that age, social status and level of erudition influence the ability to think proactively. It is experience and the ability to see one's life in a broad perspective that motivates people to think proactively, which in turn affects the effectiveness of one's intellectual performance.

Key words: proactive and reactive thinking, effectiveness of intellectual activity, practical study of procrastination phenomenon.

УДК 331.107:65.015
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.33>

Бурлесв О.Л.

к.техн.н.,
доцент кафедри економічної
кібернетики, фінансів та менеджменту
Український гуманітарний інститут

Василенко О.О.

викладач кафедри економічної
кібернетики, фінансів та менеджменту
Український гуманітарний інститут

Калінчук А.А.

студентка кафедри романо-германської
філології, спеціальність «Філологія»
Український гуманітарний інститут

Навичка проактивного мислення є одним із найважливіших умінь сучасної людини. Саме проактивність відрізняє успішних людей від неуспішних. З огляду на це завданням сучас-

ної людини, яка прагне до успіху, є розвиток саме цієї навички. Як стверджують провідні психологи, вміння мислити проактивно впливає на якість життя у всіх його сферах.

Однак багато людей не усвідомлює важливість розвитку проактивності та продовжує прокрастинувати. Суть цього явища полягає в тому, що проактивна людина здатна дивитись на речі в широкій перспективі. Така людина знає, чого вона хоче від життя, та вміє брати на себе відповідальність. Завдяки цьому така людина досягає поставлених цілей значно швидше, ніж інші, та виконує завдання значно ефективніше. У той час, поки людство чекає можливостей, 5% людей, які належать до групи проактивних, самі створюють можливості. Цим і зумовлена актуальність нашої роботи.

Вивченням впливу проактивності на здатність людини до високої ефективності займалось багато науковців та психологів. Визначення поняття проактивності має довгу історію. Окремі галузі науки по-різному підходять до формулювання даного поняття. Віктор Еміль Франкл був першим, хто ввів цей термін у науковий обіг. У 1949 р. у своїй книзі «Людина у пошуках змісту» автор зазначив, що здатність людини брати повну відповідальність за власне життя, не звинувачуючи при цьому зовнішні чинники, обставини чи людей, є ознакою проактивного мислення [1].

Протилежним до поняття «проактивність» є поняття «реактивність». Автор книги «7 навичок високоефективних людей» Стівен Кові сказав такі слова: «Серйозна проблема реактивного мислення полягає в тому, що воно стає очікуванням, яке справджується. Люди впевнено приймають парадигму власної детермінованості й самі надають докази, які це підтверджують. Вони дедалі сильніше почуваються жертвами, які не можуть контролювати ні себе, ні своє життя, ні долю. Вони перекладають провину за своє становище на зовнішні сили – інших людей, обставини, навіть зірки» [2]. Саме Стівен Кові розширив це поняття і поставив проактивність на перше місце серед навичок високоефективних людей, які досягають успіху в житті.

Проактивні люди – це не ті, хто постійно перебуває у пошуках роботи, адже вони самі є тими, хто створює робочі місця. Вони не прогинаються під впливом обставин, а влаштовують їх відповідно до своїх правил та стандартів. Це люди, які власноруч керують своїм човном, незважаючи на буревії життєвих річок. Такі люди плывуть швидше за течією річки, бо тільки випереджаючи стихію чи суперника можна перемогти. Робити більше, ніж від тебе вимагають, – запорука успіху проактивних людей. Такими словами описує людей, здатних мислити проактивно, Роман Кушнір, який є автором популярної мотиваційної книги у галузі психології під назвою «Дій!» [3].

HR-консультант, сертифікований коуч, викладач курсів HRM Надія Березова зазначила, що проактивну людину можна відрізнити від інших за її поведінкою та лексикою. Здебільшого ці люди відзначаються своєю спритністю, ініціативністю, а також вмінням першими почати діалог. «Вони спочатку діють, а потім думають», – під-

креслила авторка [4]. С.Р. Кові зазначає: «Скерувати людей на шлях відповідальності – це не приниження, це вияв поваги. Проактивність є складовою частиною людської природи» [5]. З огляду на це метою дослідження визначаємо з'ясування впливу проактивного мислення на ефективність виконання роботи.

Сьогодні поняттям проактивності послуговується багато галузей науки. Це такі сфери, як психологія, менеджмент, інформаційні технології, управління персоналом тощо. Проактивність є необхідною навичкою в управлінні та на керівних посадах, у генеруванні нових ідей, продажах, коли ставиться за мету розширити підприємство чи завоювати ринок. Водночас психологи зазначають, що кожна сучасна людина, яка прагне бути успішною, повинна розвивати в собі цю навичку. Ми провели дослідження, метою якого стало виявлення того, люди яких професій, віку, статі найбільше володіють цією навичкою. Було проведене анкетування серед студентів, викладачів та людей різного віку та сфер діяльності.

Отже, результати опитування молодих людей віком 18–30 років виявились майже аналогічними порівняно з результатами опитування вікової категорії 30–50 років за рівнем проактивності та прокрастинації. Запитання стосувались того, чи часто люди відкладають виконання поставлених завдань на останній момент. Відповіді на запитання наочно демонструють у відсотковому співвідношенні картину соціуму з різними типами мислення – проактивним та прокрастинаторським.

Результати виявились неочікуваними, адже вони показали, що в різних вікових категоріях 67,3% людей звикли відкладати справи на потім та жити в режимі важливих та термінових завдань. Отже, майже 70% людей різного віку можна назвати прокрастинаторами. Також це означає, що ця частина людей живе в стані постійного стресу та емоційного перевантаження. Тільки 32,7% людей мислять проактивно, плануючи свій час та виконуючи доручені справи вчасно.

Важливим фактором ефективного виконання роботи є вміння правильно розпочати справу. Людина, яка схильна мислити проактивно, вміє розставляти пріоритети. Наступне запитання було поставлене з метою з'ясувати те, як саме різні групи людей починають виконувати завдання. Отримані дані виявились досить цікавими, адже думки розділились. Виявилось, що майже 70% опитаних людей, які належать до професорсько-викладацького складу, звикли одразу братись до найважливіших завдань. Саме вміння змусити себе виконувати завдання за пріоритетністю від найважливішого до найменш важливого – риса, яка притаманна людям, здатним мислити проактивно. Водночас 30% учасників анкетування спочатку виконують простіші завдання для розігріву. Професійний досвід відіграє важливу роль у формуванні правильного механізму роботи.

Категорія молодих людей, більшість із яких становлять студенти, розділилась у своїх поглядах стосовно способів виконання роботи. 50% респондентів вибрали варіант «одразу берусь за найголовніше», а 50% опитаних вважають за краще розпочати роботу з легких та несуттєвих завдань, які допомагають їм налаштуватись. Проте практика робити завдання «для розігріву» теж має право на існування, адже спеціалісти з тайм-менеджменту радять виконувати складні задачі, що потребують креативного підходу та залучення максимально інтенсивних інтелектуальних процесів, у період своєї найбільшої продуктивності. Саме тому не найгіршим рішенням буде займатись менш масштабними справами в період, коли мозок ще не готовий до активної діяльності.

Ще однією важливою рисою, яка вирізняє проактивних людей, є вміння швидко приймати рішення. Саме тому наступне питання було спрямоване на те, щоб дізнатись, наскільки швидко та правильно люди здатні приймати рішення. Результати опитування виявились неочікуваними. Було з'ясовано, що понад 80% молодих людей приймають рішення зважено, ретельно обдумуючи всі *за* і *проти*. Менше 20% опитаних схильні до спонтанного та ризикованого життя. Що стосується частини респондентів поважного віку та статусу, то 53% вважають за потрібне керуватись правилом «сім разів відміряй, а один раз відріж», 15% люблять спонтанність, а третя категорія опитаних підкреслила, що все залежить від важливості та наслідків рішення.

Новизною стало те, як саме ці дві категорії людей відкривали секрети розстановки своїх пріоритетів. Респонденти віком 30–50 років планують свої справи відповідно до їхніх життєвих цінностей та важливості завдань. Більшість людей віком 18–30 років користується методом Ейзенхауера, а решта орієнтується завдяки дедлайнам, до настання яких потрібно виконати конкретні завдання.

На запитання про речі, які найбільше впливають на продуктивність праці, групи людей відповідали по-різному. У відповідях студентів переважав вплив настрою, а у відповідях викладачів – хорошого самопочуття. Серед переліку факторів, що пов'язані з ефективністю виконання завдань, були зазначені такі: здоровий сон, збалансоване харчування, відсутність відволікаючих факторів, чітко сформульоване завдання, відсутність фактору стресу, соціальна користь, дедлайн та особиста зацікавленість.

Отже, вік та соціальний статус впливають на здатність людини мислити проактивно. Досвід та чітке уявлення своєї місії та ролі в суспільстві допомагає сфокусуватись на найважливішому завданні та не витратити сили та енергію на зайві речі. Як показала статистика, людина віком 25–35 років є найбільш продуктивною. Фактором впливу є вік, що дорівнює досвіду та періоду розквіту сил і повному відкриттю творчого потен-

ціалу. Саме тому поколінню Z потрібно наслідувати приклад більш досвідчених попередників.

Підводячи загальні підсумки виконаного дослідження, зазначимо, що реактивне мислення та прокрастинація негативно впливають на рівень ефективності інтелектуальної діяльності за рахунок того, що особистість виховує у собі звичку відкладати на потім завдання, які необхідно робити протягом тривалого часу. Водночас проактивне мислення та вміння планувати свій час позитивно впливають на якість та своєчасність виконання поставлених завдань. У процесі осмислення та аналізу теоретичного матеріалу за темою дослідження виявлено, що здатність людини брати відповідальність за своє життя на себе, не звинувачуючи при цьому обставини, є ознакою проактивного мислення. Психологи зазначають, що звичка робити більше, ніж від тебе вимагають, – це запорука успіху проактивних людей. Також варто зазначити, що фундаментація поняття проактивності переконаний, що ця навичка є складовою частиною людської природи. За допомогою анкетування було встановлено, що більшість людей незалежно від віку, рівня освіти та соціального статусу звикла відкладати виконання важливих справ на потім. Тобто майже 70% людей можна сміливо назвати прокрастинаторами. Практичні результати дослідження показали, що старша та досвідченіша категорія людей краще виховала в собі важливу звичку виконувати найважливіші справи в першу чергу, на відміну від молодшої частини опитуваних. У ході дослідження був виявлений такий цікавий факт: 80% опитуваних схильні відповідально підходити до прийняття рішень, що є вагомим фактором, який визначає тип мислення людини. Отже, ключова цінність та наукова новизна проведеного дослідження полягає в з'ясуванні того факту, що здатність до проактивного мислення, яке має вагомий вплив на ефективність виконання інтелектуальної діяльності, часто пов'язана з віком, досвідом та рівнем ерудованості людини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Паздрій П.В. Управління проактивною поведінкою підприємства : дис. ... канд. екон. наук : 08.00.04. Київ, 2016. 294 с.
2. Кові С.Р. Слухаючи своє мовлення. *Викичтєние* : вебсайт. URL: <https://self.wikireading.ru/74896> (дата звернення: 09.08.2021).
3. Кушнір Р.І. Дій! Самоорганізація і тайм-менеджмент: другі сто тисяч кроків до успіху. Дрогобич : Коло, 2014. 208 с.
4. Березова Н.А. Як оцінити проактивність на співбесіді: поради та приклади питань. *Robota.ua* : вебсайт. URL: <https://prohr.rabota.ua/yak-otsiniti-proaktivnist-na-spivbesidi-poradi-ta-prikjadi-pitan/> (дата звернення: 03.08.2021).
5. Кові С.Р. 7 звичок надзвичайно ефективних людей. Харків : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2012. 384 с.

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО НАУКОВЦЯ

SUSTAINABILITY AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF THE PERSONALITY OF MODERN SCIENTIST

У статті розглядається актуальна, але недостатньо розроблена проблема життєстійкості як психологічного ресурсу особистості сучасного науковця. Проаналізовано основні роботи в напрямі дослідження особистості сучасного науковця: Р. Кеттелл (факторний аналіз особистісних характеристик на класиків і романтиків), М. Кіртон (виділення новаторів та адаптаторів), Дж. Лонг (вплив наукового керівника на наукове життя й діяльність молодих науковців), Х. Закерман (допомога наукового керівника в науковій соціалізації), Д. Саймонтон (періоди життя науковців), С. Мадді (структура установок і навичок, які дають змогу перетворити зміни в можливість). Охарактеризовано життєстійкість як один із важливих психологічних ресурсів особистості сучасного науковця. Установлено, що життєстійкість – це особлива структура установок і навичок, які дають змогу перетворити зміни в можливість. Вона відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресогенних життєвих ситуацій. З'ясовано, що життєстійкість як психологічний ресурс особистості сучасного науковця характеризується мірою здатності витримувати стресову ситуацію, пов'язану з науковою діяльністю, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішності наукової діяльності. Життєстійкість є особистісно-психологічним ресурсом, який дає змогу науковцю протидіяти розвитку станів наукової дезадаптації. Описано структурну модель життєстійкості сучасного науковця. Запропоновано структурну модель розвитку життєстійкості сучасного науковця. Подано концептуальну модель розвитку життєстійкості сучасного науковця. Закцентовано увагу на тому, що важливим кроком у розвитку життєстійкості науковця є формуванням наукового стилю життя, який зумовлює усвідомлення психологічного значення набутого наукового досвіду та відкриває можливість для наукового розвитку й самовдосконалення. Розвинена життєстійкість допомагатиме вченому приймати правильні рішення в складних ситуаціях наукового вибору, учить аналізувати причини поразок і знаходити сенс навіть у власній невдачі.

Ключові слова: життєстійкість, сучасний науковець, розвиток життєстійко-

сті, психологічний ресурс, наукова діяльність.

The article considers a topical, but insufficiently developed problem of vitality as a psychological resource of the personality of a modern scientist. The main works in the direction of research of the personality of the modern scientist are analyzed: R.B. Cattell (factor analysis of personal characteristics of the scientist), W. Ostwald (division of scholars into classics and romantics), M. Kirton (selection of innovators and adapters), J.S. Long (the influence of the supervisor on the scientific life and activities of young scientists), H. Zuckerman (assistance of the supervisor in scientific socialization), D. Simonton (periods of life of scientists), S. Maddi (structure of attitudes and skills that allow to turn changes into opportunities). Vitality is characterized as one of the important psychological resources of the modern scientist. It is established that viability is a special structure of attitudes and skills that allow to turn changes into opportunities. It reflects the psychological vitality and increased efficiency of a person associated with his motivation to overcome stressful life situations. It was found that vitality as a psychological resource of the modern scientist's personality is characterized by the ability to withstand the stressful situation associated with scientific activity, maintaining internal balance and not reducing the success of scientific activity. Sustainability is a personal and psychological resource that allows the scientist to counteract the development of states of scientific maladaptation. The structural model of viability of a modern scientist is described. The structural model of development of viability of the modern scientist is offered. The conceptual model of development of viability of the modern scientist is given. Emphasis is placed on the fact that an important step in the development of the scientist's vitality is the formation of a scientific lifestyle, which determines the awareness of the psychological significance of the acquired scientific experience and opens opportunities for scientific development and self-improvement. Developed vitality will help the scientist to make the right decisions in difficult situations of scientific choice, teach them to analyze the causes of defeats and find meaning even in their own failures.

Key words: viability, modern scientist, development of viability, psychological resource, scientific activity.

УДК 159. 92
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.34>

Паламарчук О.М.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний
педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

Вступ. Швидкий розвиток суспільства, трансформація наукових процесів і можливості сучасної науки актуалізують необхідність вивчення особистості науковця. У сучасних умовах розвитку науки варто особливу увагу приділяти дослідженню життєстійкості науковця, оскільки саме вона забезпечує можливість цілеспрямованого проведення запланованих наукових досліджень, сприяє виробленню особистісної здатності скеровувати власний науковий шлях, допомагає

перетворити перешкоди та стреси на джерело наукового зростання й розвитку. Умови діяльності сучасного науковця постійно ускладнюються, висувуються підвищені вимоги до його особистісних якостей загалом і рівня життєстійкості зокрема. Актуальним нині є вивчення особливостей вироблення сучасними науковцями стратегій подолання труднощів у процесі здійснення наукових досліджень, формування готовності до побудови траєкторії власного наукового становлення й розвитку,

визначення механізмів забезпечення наукової самореалізації. Життєстійкість сприяє активному подоланню науковцем різного роду професійних труднощів і розвиває здатність до адаптації, самореалізації й самоствердження в науковому середовищі. Ступінь життєстійкості науковця багато в чому залежить від його ресурсів. Життєстійкість як внутрішній ресурс науковця дає змогу впоратися з відчаєм, відчуттям безпорадності й утратою вмотивованості до наукової діяльності й отримання якісних наукових результатів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Варто наголосити, що життєстійкість як один із важливих психологічних ресурсів особистості сучасного науковця дуже рідко стає предметом досліджень. Можна відзначити лише поодинокі роботи в напрямі дослідження особистості сучасного науковця. Усі наукові праці з окресленої проблематики можна поділити на три напрями: виділення особистісних якостей науковця; дослідження особливостей мотивації до наукової діяльності; аналіз факторів, які сприяють виникненню інтересу до наукової діяльності.

Р. Кеттелл використовуючи біографічні матеріали про науковців минулого й результати тестування сучасних учених, здійснив факторний аналіз їхніх особистісних характеристик. Згідно з отриманими результатами, науковцям властиві виражена відчуженість, зосередженість на своєму внутрішньому світі в процесі вирішення тих чи інших наукових завдань, високий рівень наукового інтелекту, скептицизм і критичність в аналізі результатів дослідження, емоційна стабільність, прагнення до наукового домінування та впливу на оточуючих, а також «самоприборкання», що виявляється в стриманості, серйозності, замкнутості, схильності вдаватися до глибоких наукових роздумів [8].

В. Оствальд поділив науковців на дві групи: класиків і романтиків. Класики схильні до детальних науково-емпіричних досліджень та індуктивного стилю мислення; вони характеризуються ґрунтовністю й пунктуальністю в процесі виконання різного роду наукових досліджень, повільністю, замкнутістю, по кілька разів перевіряють отримані наукові результати й висновки, люблять працювати наодинці, як правило, не мають учнів і послідовників. Романтиків відрізняє здатність до сміливого висунування наукових гіпотез, цілісного бачення об'єктів і проблемних ситуацій. У них домінує наукова інтуїція, завдяки якій вони видають результат без попереднього скрупульозного аналізу. Романтики емоційні, товариські, не люблять довго займатися однією й тією ж науковою проблемою, утрачають інтерес до неї, як тільки вона вирішена загалом [15].

М. Кіртон виділяв серед науковців новаторів та адаптаторів. Новатори мають високий творчий потенціал, здатні генерувати велику кількість продуктивних наукових ідей. Вони досить часто є бунтарями, тому що не бояться кинути виклик традиційним науковим підходам і поглядам на проблему. Адаптатори є виконавцями, які можуть довести до досконалості розробку висунутої новатором наукової ідеї. Вони люблять систематизувати, класифікувати науковий матеріал, уносити впорядкованість у хаос наукових ідей, фактів і гіпотез [9].

Особлива увага в дослідженнях науковців звернена на притаманність їм цілеспрямованості й наполегливості в науковій діяльності, захопленості науковою роботою, відданості їй. Аналіз мотиваційно-потребової сфери науковців вказує на наявність у них потреби у визнанні в колі науковців, високої мотивації займатися науковою діяльністю, спрямованої на набуття наукових знань і потреби в наукових досягненнях. У структурі особистості науковця провідна роль належить мотиваційним компонентам, тобто спонуканням, що спрямовують його наукову діяльність, цілям, яких він прагне, науковим бажанням, які він задовольняє в роботі. Дослідження науковців указують на те, що в них внутрішня мотивація переважає над зовнішньою. Внутрішнім спонуканням науковців до діяльності служить задоволення, що отримується від самого процесу включення в наукову роботу, любов до наукової істини, прагнення інтелектуального успіху, бажання вирішувати й виділяти проблеми. Внутрішньо мотивований науковець захоплений проведеним експериментом, перебігом власних міркувань, ним керує інтерес, цікавість, азарт дослідника. Другорядного значення набувають такі зовнішні стимули, як матеріальна винагорода, кар'єра й прагнення пріоритету.

Установлено, що для науковців важливим мотивом поведінки є прагнення мати гарну репутацію в науковому колі. Наявність такого мотиву є одним із механізмів, який змушує науковця постійно підтримувати свою «наукову форму» та сумлінно ставитися до наукових досліджень.

У сучасних психологічних дослідженнях поряд із вивченням особливостей особистості науковця здійснюється й пошук зовнішніх детермінант, які визначають життєвий шлях майбутнього науковця на різних етапах його розвитку. Особлива увага звертається на аналіз двох залежностей: впливу факторів наукового середовища й оточення на формування особистості науковця, його творчі здібності; впливу зовнішніх факторів на мотивацію вибору наукового шляху. Серед соціальних факторів, які стимулюють займатися науковою діяльністю, особлива увага приділяється соціальному статусу сім'ї, матеріальному рівню життя, освіті, складу сім'ї тощо.

У сучасних дослідженнях підкреслюється, що вибір наукової кар'єри для багатьох науковців не є наслідком глибинних роздумів чи усвідомлення свого покликання. Вибір на користь науки здійснюється під впливом другорядних факторів, які не мають прямого стосунку до майбутньої наукової діяльності: порад рідних і близьких; наслідування значимим іншим; можливостей вступу до того чи іншого закладу вищої освіти тощо. Виняткова роль у процесі становлення науковця належить його наставникам: формальному – науковому керівнику, неформальному – колезі, другові, відомому вченому, який у силу своїх особистісних, професійних чи інших особливостей стає для молодого науковця значущою фігурою, взірцем для наслідування.

Особлива увага в процесі дослідження науковців приділяється вивченню їхніх взаємин із науковими керівниками. Вплив наукового керівника на наукове життя й діяльність учнів розглядається у двох аспектах. Перший пов'язаний із впливом статусно-рольових характеристик керівника на наукову кар'єру молодого вченого. Дж. Лонг виявив, що популярність керівника забезпечує його учням можливість широких наукових контактів у тому числі з науковою елітою, і все це разом узятє є важливою передумовою швидкої та успішної наукової кар'єри. Цей феномен Дж. Лонг назвав «накопичувальною перевагою» [10]. Другий аспект відображає вплив наукового керівника як авторитету, особистісно значущої людини, носія та передавача так званого «особистісного» наукового знання, а також зразків поведінки в середовищі вчених. Цей вплив безпосередньо торкається формування вченого як особистості й співвідноситься із ціннісним ставленням до науки в цілому й окремих її сторін зокрема. Х. Закерман виявив, що серед учнів Нобелівських лауреатів відсоток учених, які також стали Нобелівськими лауреатами, вищий, ніж у науковій спільноті загалом [17]. Х. Закерман вважає, що основу впливу керівника на учня становить допомога (посередництво) у науковій соціалізації, яка розуміється як процес входження до субкультури науки.

Д. Саймонтон звернув увагу на те, що в житті науковця є різні періоди. На одному з них відбувається входження в науку та розвиток творчого потенціалу, тобто оволодіння накопиченим раніше науковим досвідом, знаннями й методами пізнання, нормами та цінностями відносин і поведінки в науковій спільноті [16]. На цьому етапі велике значення належить впливу найрізноманітніших зовнішніх чинників. До макросоціальних факторів, які негативно впливають на розвиток творчого потенціалу, Д. Саймонтон відносить політичну нестабільність і війни, у яких бере

участь країна. Серед чинників мікрооточення особлива роль належить моделям поведінки, які реалізують значимі для науковця люди. Чим ширше коло таких моделей поведінки, чим різноманітніші впливи відчуває науковець, тим ширші можливості вибору своєї ролі й відповідної наукової лінії поведінки він має. Після процесу набуття наукового досвіду настає період, протягом якого науковець переробляє накопичені знання, перетворює їх у свої внутрішні установки й погляди. Основною рушійною силою подальшого розвитку науковця стає його власне внутрішнє середовище: цінності, смисли, мотиви, потреби, ідеали тощо.

Аналіз вищеописаних підходів вивчення особистості науковця свідчить про брак наукових концепцій, які б розкривали життєстійкість у контексті психологічної безпеки особистості науковця в процесі здійснення ним наукових досліджень. На нашу думку, життєстійкість як внутрішньоособистісний ресурс науковця має велике практичне значення, оскільки вона оберігає від дезінтеграції та негативних емоційних реакцій; забезпечує повноцінне психологічне здоров'я, високу працездатність, створює основу внутрішньої гармонії науковця.

Поняття «життєстійкість» у науковий обіг уведено американським психологом С. Мадді. Він стверджував, що життєстійкість – це особлива структура установок і навичок, які дають змогу перетворити зміни в можливості. Життєстійкість відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресогенних життєвих ситуацій [14].

Життєстійкість сучасного вченого необхідно розглядати на рівні самодетермінації та реалізації свого призначення як науковця. Вона являє собою внутрішній психологічний ресурс, який підвладний науковцю, який можна змінити й переосмислити, який сприяє підтримці фізичного, психічного та професійного здоров'я, який надає діяльності науковця цінності й сенсу в будь-яких обставинах. Життєстійкість ученого являє собою сукупність ціннісних наукових установок і диспозицій, що дають змогу сформулювати ідею наукового проекту, раціонально оцінити теперішні та потенційні ресурси на шляху його реалізації, актуалізувати раціональні наукові потреби й позитивно адаптуватися в заданих умовах наукової дійсності.

Життєстійкість як психологічний ресурс особистості сучасного науковця характеризується мірою здатності витримувати стресову ситуацію, пов'язану з науковою діяльністю, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішності наукової діяльності. Вона є ключовою особистісною змінною, що опосередковує вплив стресогенних факторів на соматичне й психологічне здоров'я науковця,

а також успішність його наукової діяльності. Життєстійкість є особистісно-психологічним ресурсом, який дає змогу науковцю протидіяти розвитку станів наукової дезадаптації.

Життєстійкість науковця пов'язана з можливістю подолання різних стресів, оптимізмом, самоефективністю й задоволеністю власною науковою діяльністю. Життєстійкість – це системна психологічна властивість, що виникає в науковця внаслідок особливого поєднання установок і навичок, які допомагають перетворювати проблемні ситуації наукової діяльності в нові можливості наукових досягнень. У життєстійкого науковця виробляється здатність сприймати непрості ситуації наукової діяльності з погляду відкриття нових шляхів їх вирішення. Життєстійкість науковця можна структурувати відповідно до виділених С. Мадді [12] трьох відокремлених один від одного складників (рис. 1):

– включеність – важлива характеристика щодо «Я» та наукової дійсності з особливостями взаємодії між ними, яка забезпечує потенціал і мотивує науковця до самореалізації, наукового лідерства, наукових думок і відповідної поведінки в науковому середовищі. Вона надає науковцю почуття власної значущості й самоцінності, дає змогу по максимуму включитися у вирішення наукових завдань, усупереч наявним стресфакторам. Ця компонента передбачає високий рівень розвитку інтернальності науковця та прийняття ним наукових зобов'язань, що відкриває шлях до самоідентифікації з намірами якомога кращого виконання наукових дій та отримання якісних результатів наукової діяльності;

– контроль – є способом мотивації науковця до пошуку шляхів впливу на фактори стресогенних наукових змін, на протипагу занурення в стан наукової безпорадності й пасивності. Сформована здатність когні-

тивно оцінювати результати власної наукової діяльності зменшить психотравмуючий ефект проблемних ситуацій, які виникають у процесі наукового вирішення тієї чи іншої проблеми. У науковця виробляється впевненість у тому, що практично будь-яку проблемну ситуацію, яка виникає на науковому шляху, можна переформатувати в русло її узгодження із життєвими планами;

– прийняття ризику – це виклик, який допомагає науковцю залишатися відкритим до наукового обговорення проблеми. Він полягає у сприйнятті науковцем результатів своєї діяльності як своєрідних викликів і випробувань. В основі прийняття ризику лежить прагнення до наукового розвитку, яке передбачає активне проведення наукових досліджень і подальше використання отриманих результатів.

Науковці, у яких найбільше виражена включеність, переконані, що найкращим способом пошуку наукової істини є власна активна участь у всіх процесах, які відбуваються в науковому середовищі. Протилежним станом до включеності є відчуття незалученості, тобто науковці, яким воно притаманне, сприймають наукову діяльність як марно витрачений час. Науковці із суттєво вираженим компонентом впливу переконані, що лише за допомогою відкритого відстоювання своїх наукових ідей можна внести зміни в наявні наукові підходи. Почуття власної наукової неспроможності переживається як марнотратство особистісних ресурсів. Науковці з високим рівнем прийняття ризику переконані, що найбільшого результату можна досягти за рахунок наукової мудрості, яка ґрунтується на власному науковому досвіді.

Розглядаючи життєстійкість науковця через призму її трактування С. Мадді [13], варто наголосити на психологічному та діяльнісному компонентах, які мають мотиваційну

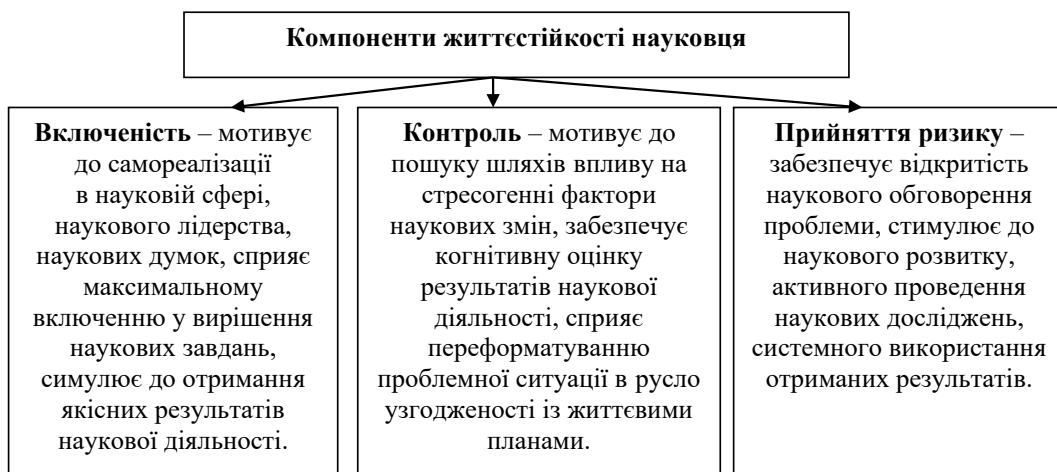


Рис. 1. Структурна модель життєстійкості сучасного науковця

природу. Діяльнісна компонента життєстійкості науковця спрямована на здійснення мети й подолання стресової ситуації. Вона сприяє зворотному зв'язку щодо того, ким є науковець та що з ним відбувається. Отримати якісні наукові результати неможливо без прояву активності, тому науковець повинен докласти достатню кількість наукових зусиль у процесі здійснення власного дослідження. Такий підхід вимагає значних часових затрат, прояву сили, наукової наполегливості й відповідальності за отримані результати власного наукового дослідження, і саме життєстійкість забезпечує необхідну мотивацію. Психологічна компонента передбачає, що життєстійкість змінює характер відносин у науковому середовищі. Вона сприяє виробленню відкритості до наукового середовища, установленню здорових взаємин з іншими науковцями. Зазначені компоненти формують систему, яка підтримує психологічне здоров'я науковця.

Учений із життєстійкою науковою позицією схильний переживати будь-які ситуації наукової взаємодії як стимул для наукових досягнень. Такий науковець демонструє високий рівень саморегуляції в науковій діяльності не тільки в стресових ситуаціях, а й у ситуаціях досягнення успіху. Життєстійкий науковець використовує «гнучку» саморегуляцію, що дає йому можливість контролювати власну наукову працездатність, приймати рішення припинити чи продовжувати займатися науковою діяльністю усупереч утомі [3].

Життєстійкість науковця поєднується з деякими його індивідуальними особливостями, що сприяють науковій витримці й орієнтують на значущі наукові досягнення. Науковець із високим рівнем життєстійкості досить часто керується в житті певним образом наукового світу, що дає змогу йому абстрагуватися від дрібниць і формулювати чіткі цілі свого наукового майбутнього, спрямовувати на них свою активність, попри труднощі, креативно знаходити нові ресурси для просування до бажаного наукового результату. При цьому йому властивий високий емоційний інтелект, що підвищує стійкість у науковому світі за допомогою ефективного оцінювання своїх і чужих емоційних станів у процесі включення в наукову діяльність і здатності адекватно керувати емоціями в науковому середовищі.

Життєстійкість науковця більше пов'язана не з оптимізмом, а з реалізмом. Це особливий патерн установок і навичок, що дають можливість науковцю перетворити зміни, з якими він стикається в науковій діяльності, на власні можливості й наукові досягнення. Передусім вона проявляється в конкретних наукових кроках, які свідомо здійснюються науковцем на основі вчасно зроблених виборів.

Варто зазначити, що життєстійкість науковця є певним особистісним ресурсом, який може бути затребуваний ситуацією наукової діяльності; інтегральною психологічною властивістю науковця, яка розвивається на основі установок активної взаємодії в науковому середовищі.

Отже, життєстійкість науковця варто розглядати як особистісно-психологічний ресурс, що дає змогу протидіяти розвитку станів науково-особистісної дезадаптації [6]. Розвинена життєстійкість сприяє розвитку активної наукової позиції вченого, вона формує здатність самостійно обирати свій науковий шлях. Важливим кроком у розвитку життєстійкості науковця є формуванням наукового стилю життя, який зумовлює усвідомлення психологічного значення набутого наукового досвіду й відкриває можливості для наукового розвитку й самовдосконалення. Розвинена життєстійкість допомагає вченому приймати правильні рішення в складних ситуаціях наукового вибору, учить аналізувати причини поразок і знаходити сенс навіть у власних невдачах. Низький рівень життєстійкості призводить до наукової пасивності, низької мотивації до наукового саморозвитку, залежності від інших науковців.

Виходячи із положень, окреслених вище, пропонуємо структурну модель розвитку життєстійкості сучасного науковця. Особливого значення в запропонованій структурній моделі розвитку життєстійкості набуває особистість науковця. Психологічне перетворення особистості науковця у сфері наукової діяльності передбачає врахування трьох підсистем, які можна зобразити за допомогою концентричних кіл: соціальної – розвиток наукових компетентностей, вироблення психологічних стратегій і способів подолання стресових ситуацій, формування наукових моделей поведінки, становлення наукового стилю мислення; особистісної – прояв вольової саморегуляції в процесі здійснення наукової діяльності, формування ціннісної сфери науковця, розвиток мотивації до наукової діяльності; психофізіологічної – особливості темпераменту, фізіологічні реакції на стрес. Кожен компонент у системі розвитку життєстійкості сучасного науковця являє собою складну підсистему, що має певною мірою самостійне та вагоме значення (рис. 2).

Проблему розвитку життєстійкості сучасного науковця варто розглядати як процес, який передбачає побудову власного й унікального сенсу наукового буття, системи наукових цінностей і цілей, реалізація яких дасть змогу зробити успішною діяльність науковця й зберегти його особистий потенціал для досягнення поставленої наукової мети й цілі. Життєстійкість науковця є складником енергозберігаючої стратегії досягнення наукових цілей.

Розвиток життєстійкості сучасного науковця передбачає дотримання чотирьох основних етапів (рис. 3).

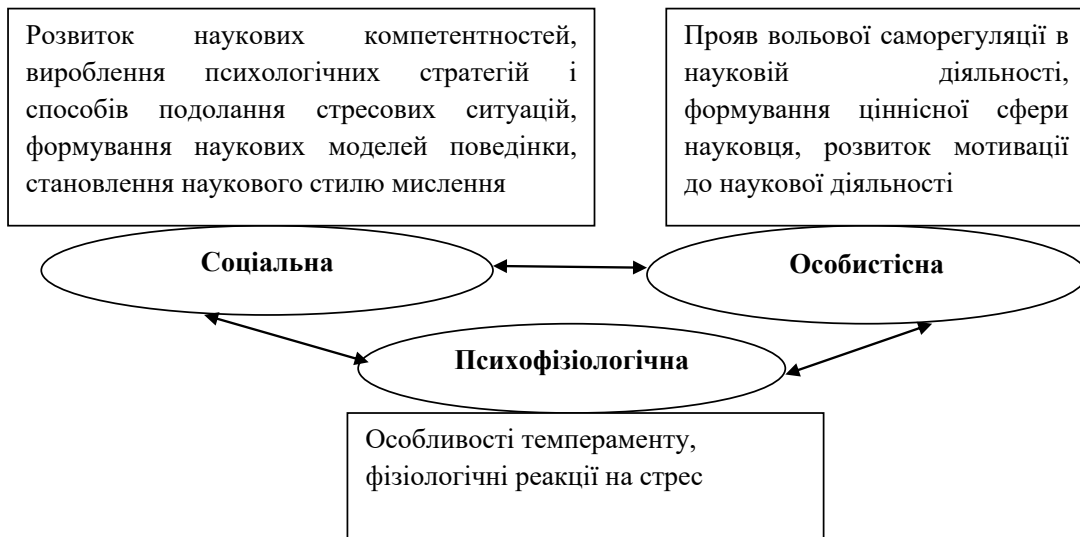


Рис. 2. Структурна модель розвитку життєстійкості сучасного науковця

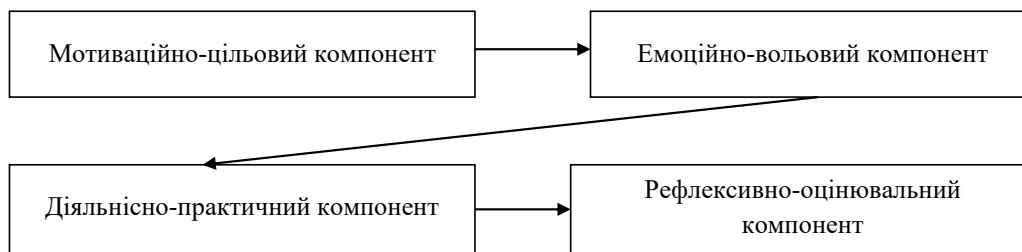


Рис. 3. Концептуальна модель розвитку життєстійкості сучасного науковця

Перший етап спрямовано на розвиток мотиваційно-цільового компоненту наукової діяльності. Метою цього етапу є включення науковця в процес вирішення конкретної проблеми та систему партнерської наукової взаємодії, що сприяє формуванню такої потреби, як цілепокладання. Другий етап передбачає розвиток емоційно-вольового компоненту. Емоційна стійкість і вольова регуляція в процесі наукової діяльності загалом і, зокрема, у спілкуванні з науковцями є метою формування особистісної саморегуляції. Третій етап визначається розвитком діяльнісно-практичного компонента, що передбачає визначення завдань наукової діяльності; моделювання рішення вирішення поставлених завдань; розуміння власної ролі в досягненні поставленої наукової мети; уміння здійснювати наукову діяльність у команді однодумців. На цьому етапі формується відповідальність, критичність, реалізуються вольові процеси в діяльності науковця. Четвертий етап ґрунтується на рефлексивно-оцінюючому компоненті. Цей етап дає змогу навчити науковця аналізувати власні наукові дії, вчинки, досягнення й уміння співвідносити їх із нормами й цінностями суспільства загалом і наукового середовища зокрема.

Висновки. Таким чином, життєстійкість як психологічний ресурс особистості сучасного науковця є енергозберігаючим механізмом подолання труднощів, які виникають у процесі наукової діяльності й наукових змін. Цей механізм сприяє особистісному збереженню вченим свого наукового потенціалу в процесі досягнення наукової мети й цілі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Большакова А.М. Суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу та життєстійкість особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Т. 1. С. 14–19.
2. Кравчук С.А. Психологічні особливості життєстійкості особистості у зв'язку з її цінностями самоактуалізації. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 25. С. 152–164.
3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва : Смысл, 2006. 63 с.
4. Маннапова К.Р. Життєстійкість в системі поняття життєздатності. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2012. Вип. 44 (1). С. 143–150.
5. Панченко В.О. Екзистенційна персонологія С. Мадді як теоретична передумова розуміння

життєстійкості. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»* / Чернігів. держ. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка ; голов. ред. М. О. Носко. Чернігів, 2009. Вип. 74. Т. 1. С. 65–69.

6. Побідаш А.Ю. Основні психологічні підходи щодо поняття «життєстійкості особистості» у вітчизняній та закордонній науці. *Проблеми екстремальної та кризової психології* : збірник наукових праць Харків : НУЦЗУ, 2011. С. 98–108.

7. Титаренко Т.М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність і безпека. Київ, 2009. 76 с.

8. Cattell R.V. The personality and motivation of the researcher from measurements of contemporaries and from biography. 1963. P. 119–131.

9. Kirton M.J. «Adaptors and Innovators: A Description and Measure», *Journal of Applied Psychology* 615. P. 622–629.

10. Long J.S., MacGinnis R. The Effect of the Mentor on the Academic Career. *Amsterdam, Budapest*. 1985. V. 7. № 3/6. P. 255–280.

11. Maddi S. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63. № 2. P. 265–274.

12. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. P. 279–298.

13. Maddi S. The personality construct of hardiness. *Journal of Research in Personality*. 2002. № 36. P. 72–85.

14. Maddi S.R., Khoshaba D.M., Harvey R.H., Fazel M., Resurreccion N. The personality construct of hardiness, V: Relationships with the construction of existential meaning in life. *Journal of Humanistic Psychology*. 2011. № 51 (3). P. 369–388.

15. Ostwald W. *Energetische Grundlagen der Kulturwissenschaft* / Verlag dr. Werner Klinkhardt. Leipzig, 1909. 184 s.

16. Simonton D.K. Scientific eminence historical and contemporary: A measurement assessment. *Scientometrics*. № 6. P. 169–182

17. Zuckerman H. The scientific elite: Nobel laureates' mutual influence. N. Y., 1977.

СЕКЦІЯ 5

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

СПЕЦИФІКА АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ

SPECIFICS OF ADOLESCENT AGGRESSIVENESS: GENDER ASPECT OF RESEARCH

У статті продемонстрований теоретичний огляд проблеми агресивності у працях вітчизняних та закордонних вчених в галузі психологічної науки. Аналіз психологічної літератури засвідчив, що феномен агресивності є досить вивченим явищем. Агресивність підлітків науковці розглядають як цілеспрямований намір завдати шкоди іншій особі, який виражається шляхом вербальної та фізичної агресії, що спричинені незадоволенням потреб і бажань підлітків. Напрацювання дослідників показують, що частими причинами виникнення агресивності у підлітків є специфіка взаємовідносин у сім'ї, особливості виховання, вплив однолітків та соціальних мереж.

Наведено результати емпіричного дослідження особливостей агресивної поведінки осіб підліткового віку з урахуванням гендерної ознаки. Емпіричною базою вибірки виступили учні 8-х класів віком 13–14 років. Загальна чисельність досліджуваних становила 40 осіб. Досліджувані були розподілені за ознакою статі. До першої групи увійшло 19 хлопців, до другої – 21 дівчина.

Для досягнення поставленої мети дослідження був використаний «Опитувальник рівня агресивності», авторами якого є А. Басс та А. Даркі, адаптований А. Осницьким, а також тест «Оцінка агресивності у стосунках» А. Ассінгера. Встановлено, що для хлопців підліткового віку характерними є схильності до застосування різноманітних форм активної агресії – фізичної, вербальної, непрямой. Вони нестримані у ситуаціях підвищеної емоційності, відчують дратівливість, коли їх очікування не справджуються. Це негативно налаштовує їх та робить непередбачуваними. У процесі комунікації хлопці більш збуджені, що демонструє їх здатність швидко переходити до агресивної поведінки. Отримані дані у групі дівчат підліткового віку засвідчили, що їм властиве відчуття провини за ситуації, які характеризуються конфліктністю. Дівчата досить часто ініціюють конфлікти через свою схильність до пліткарства. Дівчата є досить підозрілими у контактах з оточуючими. Вони схильні уникати осіб, які викликають у них недовіру та занепокоєння. Досить часто поведінка дівчат підліткового віку сприймається однолітками як ворожа.

Ключові слова: агресивна поведінка, агресивність, вербальна агресія, дівчата, під-

літки, підлітковий вік, фізична агресія, хлопці.

The article demonstrates a theoretical overview of the problem of aggression in the works of domestic and foreign scientists in the field of psychological science. An analysis of the psychological literature has shown that the phenomenon of aggression is a fairly common and studied phenomenon. Adolescent aggression is seen by researchers as a deliberate intention to harm another person, which is expressed through verbal and physical aggression caused by dissatisfaction with the needs and desires of adolescents. Researchers have shown that a common cause of aggression in adolescents is the specifics of family relationships, upbringing, the influence of peers and social networks.

The results of an empirical study of the characteristics of aggressive behavior of adolescents, taking into account gender. The empirical basis of the sample were 8th grade students aged 13 to 14. The total number of subjects was – 40 people. The subjects were divided by sex. The first group included boys in the number of 19 people, the second group included girls – 21 people.

To achieve this goal, the method "Questionnaire of the level of aggression by A. Bass and A. Darki in the adaptation of A. Osnitsky and the test "Assessment of aggression in relationships" by A. Assinger was used. It is established that adolescent boys are characterized by tendencies to use various forms of active aggression, namely: physical, verbal, indirect. They are quite unrestrained in situations of heightened emotionality, feel irritable when their expectations are not met, which makes them quite negative and unpredictable. In the process of communication, boys are more excited, which demonstrates their rapid ability to behave aggressively. The data obtained in the group of adolescent girls showed that they have a sense of guilt for situations characterized by conflict, they are often the initiators of conflicts because of their propensity to gossip. Girls are quite suspicious in contact with others, they tend to avoid people who cause them distrust and concern. Quite often the behavior of adolescent girls is perceived by peers as hostile.

Key words: aggressive behavior, aggression, verbal aggression, girls, teenagers, adolescence, physical aggression, boys.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.35>

Білюченко Ю.М.

аспірантка

Харківський національний університет внутрішніх справ

Науковий психологічний простір переповнений різноманітними дослідженнями з проблеми агресивності. Наукову спільноту вже давно почали хвилювати питання причин

та механізмів виникнення агресії, оскільки вона досить часто має деструктивний характер та може завдати як фізичної шкоди, так і психологічних чи моральних збитків. Особливо

гостро стоїть питання специфіки підліткової агресії, оскільки в засобах масової інформації досить часто лунають новини про вияви підліткової агресивної поведінки щодо інших людей. Актуальність дослідження зумовлена ще й тим, що в умовах пандемії підлітки, перебуваючи ізольовано, схильні проявляти агресію через інші джерела, зокрема через соціальні мережі, що неупинно веде до негативних наслідків. Заради своєчасного запобігання подібним випадкам та через нагальну потребу зберегти молоде покоління від агресивної діяльності необхідно емпірично дослідити феномен агресивності на вибірці осіб підліткового віку з урахуванням їхніх ґендерних розбіжностей.

У психологічній науці багато сучасних емпіричних досліджень присвячено підлітковій агресії. Наприклад, дисертаційне дослідження К. Сергеевої на вибірці важковиховуваних підлітків показало, що під агресивною поведінкою варто розуміти комплекс систематично повторюваних дій, які виражаються шляхом вербальної та фізичної агресії, що спричинені незадоволенням потреб і бажань підлітків, що неупинно веде до небезпеки та саморуйнування [7, с. 180].

Цікавою є думка О. Вдовіченко, котра встановила, що агресивна поведінка підлітків може бути одним із чинників виникнення ризикованої поведінки. Дослідниця вперше емпірично довела, що схильність до ризику в кожному віковому періоді регламентується сукупністю особистісних характеристик. Для підлітків домінуючими є такі характеристики: тривожність, вербальна та аутоагресія, креативність тощо [2, с. 5].

Не менш негативним явищем є те, що фахівці юридичної психології в агресивному поведінці підлітків вбачають негативну тенденцію до злочинної та протиправної поведінки. Так, О. Свириденко досліджувала питання психолого-правових причин скоєння насильницьких злочинів особами підліткового віку. Дослідниця дійшла висновку, що агресія та агресивність є різними поняттями за своєю суттю, хоча вони мають спільний механізм виникнення. Агресія є поведінковою реакцією навмисно заподіяти шкоду, а агресивність виступає рисою особистості, яка свідчить про готовність до ворожої поведінки. Науковиця резюмує, що в скоєнні насильницьких злочинів неповнолітніми важливу роль відіграє їхня схильність до руйнівної, агресивної, ворожої поведінки, яка має на меті заподіяння шкоди іншій особі [6, с. 124].

Доволі велика кількість робіт закордонних вчених, присвячена підлітковій агресії, містить в собі припущення стосовно ролі сім'ї та типів сімейних стосунків як важливих чинників виникнення подібних поведінкових реакцій. Так, деякі вчені причиною виникнення агре-

сивності у підлітків вважають характер взаємовідносин та тип сім'ї, в якій проживає молодь. Закордонні вчені наголошують, що загальна агресія не залежить від територіального місця проживання, однак для сільської місцевості властиві прояви вербальної агресії [10]. Однак у дослідженні Т. Сідху та співавторів 2019 року не було виявлено зв'язку між показниками агресивності та типом сім'ї, у якій проживає підліток. Дослідники встановили значущий зв'язок між загальною агресією, вербальною агресією та ворожістю серед міської молоді порівняно з молоддю, яка проживає у сільській місцевості [11]. Деякі науковці вважають, що найпоширенішим видом агресії підлітків є бійки, які дозволяють їм зняти психоемоційне напруження, що свідчить про високий рівень схильності до фізичної агресії [9].

Експериментальне дослідження Л. Бегази та В. Трофимчук засвідчило, що високий рівень агресивності спостерігається у підлітків, які мають проблемні взаємовідносини зі своїми родинами. Особливого значення дане питання набуває в контексті вивчення підлітків з адиктивною поведінкою, адже вони більшою мірою схильні до деструктивних дій, на відміну від тих підлітків, стосунки яких в родині є позитивними та гармонійними. Дослідниці резюмують, що подальше вивчення феномену агресії здатне поглибити наявні знання для розробки корекційної програми допомоги підлітками, які поведуть себе агресивно, та їхнім родинам [1, с. 217].

Цікавою є думка Н. Гребінь та М. Федчун, котрі зазначають, що можливими причинами виникнення агресії у підлітків є бажання захиститися, тобто не стати жертвою насильства або нападу. У такому випадку спрацьовує механізм захисту від болісних переживань та страждань. Автори говорять, що постає необхідність комплексної розробки відповідних програм, котрі будуть базуватися на профілактиці соціальних страхів у підлітків, оскільки вони занадто переймаються тим, яке вони справляють враження на оточуючих [3, с. 124].

Н. Шеленкова та Л. Гасанова зазначають, що часта зміна настрою та нестабільна емоційна сфера особистості підлітків призводять до агресивної поведінки та булінгу. Від того, як сприймають підлітків однолітки, будуть залежати їхні поведінкові реакції – агресивні чи врівноважені. Дослідниці впевнені, що характер взаємовідносин у групі впливає на самооцінку, впевненість у собі та настрої в цілому [8, с. 282–283]. Схожої точки зору дотримується З. Кісіль, яка зазначає, що агресивну поведінку в осіб підліткового віку провокують такі фактори: особливості виховання в сім'ї, особливості виховання в соціальних інституціях, вплив однолітків та інтернет-мереж

[4, с. 37]. У закордонних емпіричних дослідженнях наголошується, що не менш важливим фактором, що впливає на агресивну поведінку підлітків, є надмірний батьківський контроль, фізичні покарання, приниження з боку рідних та статус, який підлітки займають у своєму оточенні [12].

Метою статті є емпіричне дослідження особливостей агресивної поведінки осіб підліткового віку з урахуванням ґендеру. Відповідно до зазначеної мети були поставлені такі завдання: 1) провести аналіз наукового стану проблеми агресивної поведінки в підлітковому віці у вітчизняній та закордонній психології; 2) визначити диференційні прояви агресії підлітків з урахуванням ґендерних розбіжностей; 3) визначити рівень агресивності підлітків з урахуванням ґендерних розбіжностей.

Емпіричною базою вибірки виступили учні 8-х класів віком 13–14 років. Загальна кількість досліджуваних становила 40 осіб. Досліджувані були розподілені за ознакою статі. До першої групи увійшло 19 хлопців, до другої – 21 дівчина.

У дослідженні були використані два психодіагностичних інструменти:

1) методика «Опитувальник рівня агресивності Басса – Даркі» (автори А. Басс та А. Даркі) в адаптації А. Осницького, що містить 75 тверджень та дозволяє встановити рівень агресії й диференціювати прояви ворожості, які відбиваються у восьми шкалах: «фізична агресія», «вербальна агресія», «непряма агресія», «негативізм», «дратівливість», «схильність до підозр», «образа», «відчуття провини». За допомогою опитувальника можна прорахувати індекс агресивності та ворожості [5, с. 14–19];

2) тест «Оцінка агресивності у стосунках» А. Ассінгера, що містить 20 питань, на які необхідно вибрати один із трьох варіантів відповідей. Даний тест дозволяє з'ясувати особливості взаємодії особи з оточенням та виявити специфіку комунікації з іншими людьми. Підрахунок балів дозволяє визначити рівень агресивності – низький, середній та високий [5, с. 24–27].

Математико-статистична обробка результатів дослідження здійснювалася за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних груп

та (ϕ) кутового перетворення Фішера. Результати дослідження наведені в таблиці 1.

Отримані результати показали, що за шкалою «фізична агресія» були встановлені значущі відмінності у хлопців порівняно з дівчатами ($5,01 \pm 0,96$ проти $2,22 \pm 0,99$; $p \leq 0,05$). Можна сказати, що підлітки-хлопці схильні до прояву фізичної агресії та мають досвід застосування фізичної сили проти іншої особи.

За шкалою «вербальна агресія» у хлопців порівняно з дівчатами зросли показники прояву словесних образ ($7,89 \pm 0,87$ проти $5,22 \pm 0,89$; $p \leq 0,05$). Дані свідчать, що хлопці підліткового віку досить часто звертаються до словесних погроз, крику та залякувань з метою демонстрації власної значущості та авторитету серед однолітків.

За шкалою «непряма агресія» у досліджуваних групах не було виявлено значущих відмінностей. У групі хлопців показник склав $8,01 \pm 0,92$, у дівчат – $7,33 \pm 0,94$. Отже, можемо сказати, що як для хлопців, так і для дівчат характерне використання прихованої агресії, що виражається в деструктивній поведінці, тобто у підлості, пліткарстві, каверзності, задрощах тощо.

За шкалою «негативізм» показник у групі хлопців склав $3,09 \pm 1,02$, у дівчат – $3,55 \pm 1,00$. Значущі відмінності за даною формою агресивності не були встановлені, що дозволяє нам резюмувати однакову властивість опонувати та бунтувати незалежно від ознаки статі. Тобто хлопці та дівчата здатні протистояти авторитету та дорослим за допомогою відповідної поведінки залежно від ситуації.

За шкалою «дратівливість» були встановлені значущі розбіжності у групі хлопців порівняно з дівчатами ($6,11 \pm 0,93$ проти $3,17 \pm 0,97$; $p \leq 0,05$). Це вказує на те, що хлопці-підлітки готові до прояву негативних почуттів за найменшого збудження (запальність, грубощі, брутальність, різкість).

Показники за шкалою «схильність до підозр» не мають значущих розбіжностей. Однак у дівчат порівняно з хлопцями ($4,88 \pm 0,99$ проти $3,72 \pm 1,01$) даний параметр має тенденцію до зростання. Такий результат свідчить про те, що дівчатам підліткового

Таблиця 1

Показники прояву агресивності серед хлопців та дівчат підліткового віку ($M \pm m$)

Шкали	Хлопці	Дівчата	t	P
Фізична агресія	5,01±0,96	2,22±0,99	2,03	0,05
Вербальна агресія	7,89±0,87	5,22±0,89	2,15	0,05
Непряма агресія	8,01±0,92	7,33±0,94	0,52	-
Негативізм	3,09±1,02	3,55±1,00	0,32	-
Дратівливість	6,11±0,93	3,17±0,97	2,19	0,05
Схильність до підозр	3,72±1,01	4,88±0,99	0,82	-
Образа	3,45±0,99	6,24±0,95	2,03	0,05
Відчуття провини	3,63±0,99	7,23±1,01	2,55	0,01

віку властива недовіра та обережність щодо людей, оскільки вони переконані в тому, що інші люди можуть завдати їм шкоди, якщо вони не будуть поводитись обережно.

Результати за шкалою «образа» показали значущі результати у групі дівчат порівняно з групою хлопців ($6,24 \pm 0,95$ проти $3,45 \pm 0,99$; $p \leq 0,05$). Можна сказати, що дівчата-підлітки схильні до прояву заздрощів та ненависті до оточуючих, які можуть виникнути як на підставі реальних фактів, так і внаслідок вигаданих дій.

Показники за шкалою «відчуття провини» мають значущі відмінності у групі дівчат порівняно з хлопцями ($7,23 \pm 1,01$ проти $3,63 \pm 0,99$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що дівчата підліткового віку схильні до аутоагресії, тобто вони відчувають провини за свої вчинки, погані слова та дії, що завдає їм болю та страждань. Особливо гостро докори сумління проявляються, коли дівчата впевнені, що саме вони відповідальні за події, які з ними трапилися. Це є негативним явищем, оскільки таке переконання веде до саморуйнування та депресивних станів.

Подальше вивчення було спрямоване на встановлення рівня агресивності та ворожості у досліджуваних хлопців та дівчат підліткового віку. Отримані результати представлені у таблиці 2.

Таблиця 2

Показники рівня агресивності серед хлопців та дівчат підліткового віку ($M \pm m$)

Шкали	Хлопці	Дівчата	t	P
Індекс агресивності	$21,01 \pm 1,14$	$16,55 \pm 1,09$	2,83	0,01
Індекс ворожості	$8,27 \pm 1,09$	$11,66 \pm 1,12$	2,15	0,05

Отримані результати демонструють, що індекс агресивності у хлопців порівняно з дівчатами вірогідно зростає ($21,01 \pm 1,14$ проти $16,55 \pm 1,09$), $p \leq 0,01$. Можна сказати, що підлітки-хлопці схильні до агресивності. Їм притаманне використання фізичної, вербальної та непрямой агресії. Однак за шкалою «індекс ворожості» у дівчат порівняно з хлопцями були встановлені значущі відмінності ($11,66 \pm 1,12$ проти $8,27 \pm 1,09$; $p \leq 0,05$). Можемо стверджувати, що дівчата у конфліктних ситуаціях налаштовані вороже, схильні провокувати конфлікт або підбурювати до нього. Однак дівчата підозріло ставляться до людей і досить часто відчувають свою провини за створення конфліктного середовища.

Подальше дослідження психологічних аспектів агресивності у групах підлітків, котрі були розподілені за гендерною ознакою, базувалося на результатах, отриманих за методикою «Оцінка агресивності у стосунках» А. Ассінгера. Результати наведені в таблицях 3 та 4.

Таблиця 3

Показники рівня агресивності у стосунках серед хлопців та дівчат (%)

Рівні агресивності	Хлопці	Дівчата	Ф	P
Високий	18	1	0,449	
Середній	81	88	0,447	
Низький	1	11	0,147	

Порівняльний аналіз свідчить про те, що високий рівень агресивності спостерігається у 18% хлопців, а у дівчат відповідний показник складає лише 1%. Дані говорять про те, що для вказаного відсотка респондентів характерний високий рівень агресивності у побудові стосунків з оточуючими. Хлопці у взаєминах більш невірноважені та жорстокі. Вони прагнуть домінувати в колективі. Під час спілкування використовують власні методи та правила, а у разі порушення цих правил можуть застосовувати покарання у вигляді лихослів'я або фізичної сили.

Середній рівень агресивності характерний для 88% дівчат, а у хлопців відповідний показник становить 81%. Результати вказують на те, що для вказаного відсотка характерний середній рівень агресивності у міжособистісних стосунках. Тобто більшості хлопців та дівчат підліткового віку властиве перебування у ситуаціях підвищеної конфліктності. Нерідко вони самі ініціюють та провокують конфліктну ситуацію, однак їм вдається її контролювати та балансувати, не доводячи до негативних наслідків. Подібна поведінка свідчить про здорову особистість, яка впевнена в собі.

Низький рівень агресивності властивий 11% дівчат і 1% хлопців. Отже, дівчата порівняно з хлопцями надмірно миролюбні. Вони схильні уникати конфліктів. Можемо припустити, що підлітки, котрі мають низький рівень агресивності, досить часто невпевнені у власних силах і можливостях.

Емпіричне дослідження дозволило виявити рівень агресивності під час спілкування у хлопців та дівчат підліткового віку. Отримані дані відображені у таблиці 4.

Таблиця 4

Показник рівня агресивності серед хлопців та дівчат ($M \pm m$)

Шкала	Хлопці	Дівчата	t	P
Рівень агресивності	$41,63 \pm 1,21$	$36,11 \pm 1,19$	3,25	0,001

Отже, за шкалою «Рівень агресивності» спостерігаються показники на рівні середніх значень в обидвох досліджуваних групах, однак у групі хлопців спостерігаються значущі відмінності порівняно з дівчатами ($41,63 \pm 1,21$ проти $36,11 \pm 1,19$; $p \leq 0,001$). Це свідчить про те, що підлітки-хлопці більш агресивні, ніж підлітки-дівчата в ситуаціях спілкування,

що виражається в їхній неврівноваженій поведінці, частому дратівливому стані, у вербальних проявах агресії через використання ненормативної лексики тощо.

На підставі отриманих результатів були зроблені відповідні висновки. Результати, отримані у групі хлопців, були для нас цілком очікуваними і відповідали теоретичним розвідкам, адже хлопці підліткового віку більшою мірою схильні до використання різноманітних форм активної агресії – фізичної, вербальної, непрямой. Вони нестримані у ситуаціях підвищеної емоційності, відчувають дратівливість, коли їх очікування у спілкуванні не справджуються, що робить їх досить негативно налаштованими та непередбачуваними. Що стосується дівчат підліткового віку, то їм притаманне почуття провини за ситуації, які мають конфліктний характер, хоча досить часто подібні конфлікти виникають через їхню схильність до пліткарства, підозріле ставлення до людей, які не відповідають їх стандартам та ідеалам. Досить часто у стосунках це сприймається як вороже ставлення. Феномен агресивності потребує подальшого дослідження в контексті гендерно-вікових особливостей на інших вибірках.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бегеза Л.Є., Трофимчук В.В. Особливості впливу взаємин у сім'ї на агресивність підлітків з адиктивною поведінкою. *Психологічний часопис*. 2019. № 5 (12). С. 207–219.
2. Вдовіченко О.В. Психологічні основи ризику особистості в онтогенезі : автореф. дис. ... докт. психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2019. 36 с.
3. Гребінь Н.В., Федчун М.Ю. Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів. *Габітус*. 2020. № 15. С. 119–124.
4. Кісіль З.Р. Психологічні особливості агресивності у підлітковому віці. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «Психологічна»*. 2015. № 1. С. 32–40.
5. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують Типову програму для кривдників : збірник практичних матеріалів / авт.-упор. : О. Степанюк, О. Мельниченко. Київ, 2020. 132 с.
6. Свириденко О.А. Психолого-правова характеристика тяжких насильницьких злочинів, вчинених неповнолітніми : дис. ... канд. юрид. наук : 19.00.06. Київ, 2018. 222 с.
7. Сергеєва К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Київ, 2016. 368 с.
8. Шеленкова Н.Л., Гасанова Л.І. Прояви булінгу серед учнів підліткового віку: психологічна характеристика учасників. *Габітус*. 2020. № 19. С. 278–283.
9. Rizki M., Hidayati N.O., Amrullah Afif. The Tendency of Aggressiveness in Adolescents in Sumedang. *Journal of Nursing Care*. 2021. Vol. 4. № 1. P. 243–250.
10. Socio-demographic factors and aggressive behavior among youths / N.G. Sameeta, Ng.Z. Chanu, L.R. Singh, R.K. Singh. *Global Journal For Research Analysis*. 2018. № 7. P. 75–77.
11. Aggression among adolescents—Across-sectional study / T.K. Sidhu, P. Kaur, N.K. Sangha, A.S. Bansal. *Adesh Institute of Medical Sciences and Research*. 2019. № 1 (1). P. 21–26.
12. Deviant peer affiliation as an explanatory mechanism in the association between corporal punishment and physical aggression: a longitudinal study among Chinese adolescents / J. Zhu, C. Yu, Z. Bao, Y. Jiang, W. Zhang, Y. Chen et al. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2017. № 45. P. 1537–1551.

ВЕБ-КВЕСТ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ

WEB-QUEST AS A TOOL FOR THE DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE OF YOUNG PEOPLE

Стаття присвячена аналізу сучасних підходів до розвитку громадянської компетентності молоді. Особлива увага автора статті зосереджена на активних методах соціального навчання. Веб-квест належить до інноваційних методів активного навчання, придатних для розвитку громадянської компетентності молоді. Цей метод містить елементи гейміфікації та інтерактивності, дає змогу використовувати Інтернет-ресурси, соціальні медіа й медіаконтент, дає можливості для прояву учасниками тренінгу самостійної творчої активності та самореалізації, забезпечує умови для кооперації при виконанні навчальних вправ і завдань. Автор спирається на результати дослідження форм і видів практик, що створюють сприятливе середовище в соціальних медіа для розвитку громадянської компетентності. До них належать пошук інформації, присвяченої певним соціальним і політико-правовим питанням; пошук людей, що поділяють громадянську позицію; презентація своєї громадянської позиції; реалізація громадянських ініціатив, організація акцій; розвиток соціального капіталу; пошук роботи; пошук освітніх програм, інформаційних ресурсів для самоосвіти. Описано процедуру розробки й основні структурні компоненти веб-квесту, визначено потенціал цього методу для формування мотивації студентів. Базовими структурними елементами веб-квесту є вступ, завдання, процес, джерела, оцінювання та висновки, створення лайфхак контенту. Лайфхак (lifehack) як варіант концептуалізації набутих знань і досвіду в термінах «життєвої мудрості» у формі, придатній для передачі інформації іншим особам, є особливо корисним елементом програм або тренінгів, спрямованих на розвиток громадянської компетентності. Наведено окремі приклади веб-квестів, що запропоновані студентам у тренінговій роботі.

Ключові слова: веб-квест, громадянська компетентність, соціальні медіа,

методи активного навчання, гейміфікація.

This article is devoted to analysis of modern approaches to the development of civic competence of youth. The author's special attention is focused on active methods of social learning. Web-quest is one of the innovative methods of active learning, suitable for the development of civic competence of young people. This method contains elements of gamification and interactivity, allows the use of Internet resources, social media and media content, provides opportunities for participants to develop independent creative activity and self-realization and creates conditions for cooperation in performing exercises and tasks. The author relies on the results of a study of forms and types of practices that create a favorable environment in social media for the development of civic competence. These include: searching for information on specific social and political issues; search for people who share a civic position; presentation of one's civic position; implementation of civic initiatives, organization of actions; development of social capital; job search; search for educational programs, information resources for self-education. The development procedure and the main components of the web-quest are described, the potential of this method for the development of students' motivation is defined. The basic elements of a web-quest are: introduction, tasks, process, sources, evaluations and conclusions, creation of life hack content. Lifehack as a variant of conceptualization of the acquired knowledge and experience in terms of "life wisdom" in the form suitable for transfer of information to other persons is an especially useful element of the programs or trainings for development of civic competence. Examples of web-quests that were offered to students in training were provided.

Key words: web-quest, civic competence, social media, active learning methods, gamification.

УДК 159.9.923.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.36>

Остапенко І.В.

к.психол.н.,
старший науковий співробітник
лабораторії психології політичної
поведінки молоді
Інститут соціальної та політичної
психології Національної академії
педагогічних наук України

Вступ. Трансформаційні процеси й бурхливий розвиток українського суспільства висувають нові вимоги до молодого покоління, яке нині змушене бути компетентним у всіх сферах суспільного життя, розуміючи власні громадянські права й обов'язки. Це зумовлює значний інтерес науковців до проблеми громадянської компетентності, розвиток якої бажано здійснювати з використанням сучасних методів і засобів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні роки науковцями накопичено значний досвід вивчення громадянської компетентності та можливостей її розвитку. Теоретико-методологічну основу дослідження становлять положення про громадянську компетентність як складник загальної компетентності особи-

стості, що забезпечує ефективну поведінку особистості у сфері реалізації нею своєї ролі громадянина [4]; ідеї орієнтації на суспільне благо в процесі розвитку громадянської компетентності [1]; положення про громадянське залучення, пов'язане з позитивними результатами індивідуального розвитку (здобуття освіти й соціальних компетенцій) і з користю для суспільства [7]; концепція інтегрованого конструкту громадянської компетентності, який охоплює громадянську поведінку, громадянські навички, громадянські зв'язки та громадянську залученість молоді [8].

Аналіз літератури, що присвячена громадянському розвитку молоді, дає змогу визначити принаймні чотири умови, які його забезпечують: 1) соціальну згуртованість, тобто

почуття узагальненої взаємності, довіри та прив'язаності до інших; 2) громадянські вміння, тобто здатність бути причетними до громадянського суспільства та демократії; 3) громадянське залучення або громадянський обов'язок, тобто бажання й когнітивну здатність робити позитивний внесок у суспільство; 4) громадянські дії, тобто участь у заходах для поліпшення спільноти [7; 9; 10].

Досвід емпіричних досліджень дав змогу науковцям визначити основні фактори в структурі громадянської компетентності молоді: громадянський обов'язок, громадянські навички, соціальні зв'язки (з сусідами, однолітками, дорослими) та громадянська участь. Уважається, що ця модель може бути використана для програм, які спрямовані на розвиток громадянської компетентності молоді. Такі програми мають передбачати різні напрями розвитку компонентів громадянської активності, а також можливості їх застосування в різних соціальних контекстах, тобто серед однолітків, дорослих тощо [8].

Зазначені моменти стали для нас концептуальною основою в процесі розробки власної програми розвитку громадянської компетентності молоді. У ній передбачено використання новітніх методів та інструментів, до яких відносяться й метод веб-квестів.

Мета статті полягає в розкритті особливостей застосування веб-квесту як інструменту розвитку громадянської компетентності молоді.

Виклад основного матеріалу. У процесі розробки програм і тренінгів з розвитку громадянської компетентності ми приділяємо особливу увагу вибору методів активного навчання, які в роботі зі студентською молоддю повинні бути релевантними цільовій аудиторії, містити в собі інноваційні компоненти, а також відповідати вимогам вищої школи щодо організації та забезпечення навчання [3; 5].

Для розвитку громадянської компетентності студентської молоді нами розроблено спеціалізовану програму тренінгу, у якій ми намагалися поєднати традиційні методи активного соціального навчання, сучасні цифрові інструменти та засоби соціальних медіа.

Запропонована програма складається з кількох структурних блоків (модулів):

1. Актуалізація уявлень молоді про себе як громадян України, громадянських знань і настанов. Основними методами стали групова дискусія, зондувальні запитання, метод імітації (імітаційні рольові ігри), метод символічного вираження (створення колажів «Справжній громадянин»/«Псевдогромадянин»), метод аналізу відеоконтенту, веб-квест, вправа «Скринька Пандори».

2. Рефлексія уявлень про себе як громадянина, досвіду взаємодії з органами

влади на загальнодержавному й місцевому рівнях. Основні методи: тематична групова дискусія («Справжні громадяни-псевдогромадяни»), метод аналізу критичних ситуацій (вправа «Скринька Пандори»), комікси, веб-квести, кейс-метод, метод імітації (імітаційні рольові ігри, вправа «Самоналіз» і «Мої козири»), метод концентрації присутності, брейнстормінг.

3. Розвиток громадянських умінь і навичок, набуття/оновлення досвіду застосування практик солідаризації та громадянської участі. Основні методи: комікси, веб-квест, кейс-метод, метод аналізу ситуацій, групова дискусія, імітаційні рольові ігри (техніка «Альтернативні перетворення»), диспозиційні та спонтанно-імпровізаційні ігри.

4. Інтеграція набутого досвіду. Основні методи: тематична групова дискусія («Погляд у майбутнє»), кейс-метод, техніка «3 D», метод групової рефлексії).

Програма пройшла апробацію в роботі зі студентами вищих навчальних закладів м. Києва у 2020–2021 рр. Усього проведено 4 групи. Загальна кількість учасників – 48 осіб. Для аналізу ефективності розробленої програми використовувалися методи анкетування та самозвітів.

Серед методів, які використовувалися в межах програми, провідне місце належить веб-квестам. Такий вибір не є випадковим. Аналіз сучасних тенденцій засвідчує, що найбільший потенціал у роботі зі студентами мають методи активного навчання, які містять елементи гейміфікації та інтерактивності, дають змогу використовувати Інтернет-ресурси та соціальні медіа, дають можливості для вияву самостійної творчої активності й самореалізації, забезпечують умови для кооперації при виконанні навчальних вправ і завдань [3; 5]. Усім переліченим характеристикам відповідають веб-квести.

Веб-квест як метод активного навчання передбачає пошуковий формат занять, під час проведення яких більша частина матеріалу або ж уся інформація, з якою працюють студенти, отримується ззовні (від викладача (тренера) або з Інтернету). Як правило, для цього використовуються різні програми: від простих ресурсів для поширення текстових або інших документів (Dropbox, Google Docs) або профілів у соціальних мережах (Facebook, Twitter, Instagram) до спеціально створених сайтів [2; 6; 11].

До стандартного набору базових структурних елементів веб-квесту відносять: (1) вступ, (2) завдання, (3) процес, (4) джерела, (5) оцінювання та висновки. Однак ми додаємо ще один елемент – (6) лайфхак (lifehack), який забезпечує концептуалізацію набутих знань і досвіду в термінах «життєвої мудрості»

у формі, придатній для передачі інформації будь-якій пересічній або недостатньо обізнаній у певній тематиці людині. Особливо корисним цей елемент є якраз в освітніх програмах або тренінгах, спрямованих на розвиток компетентностей, що апіорі передбачає опцію створення власного контенту [5; 11].

У процесі тренінгу метод веб-квесту використовувався нами на постійній основі. Завдання веб-квестів давалися учасникам наприкінці кожного з модулів, результати їх виконання презентувалися й обговорювалися на початку наступних модулів. Таким чином, веб-квести слугували поєднувальною ланкою між структурними елементами тренінгу, сприяли вирішенню змістовних завдань і підтримували пізнавальну активність учасників.

У першому модулі тренінгової програми учасникам пропонується веб-квест, у якому одній групі пропонується визначити соціально значущу проблему у взаємодії з органами державної влади, до якої варто повернути суспільну увагу за рахунок створення Google Doodle, іншій – визначити історичну постать, групу або громадське об'єднання, що своєю правозахисною чи суспільно корисною діяльністю заслуговують бути відзначені створенням персоналізованого Google Doodle.

Попередньо всі учасники ознайомлюються з тим, що таке Google Doodle, а також із найбільш відомими прикладами.

Основні ролі учасників першої групи: соціолог – систематизує та узагальнює дані соціологічних досліджень, присвячених вивченню соціально значущих проблем у взаємодії з органами державної влади; аналітик соціальних мереж – здійснює тематичний пошук проблем у взаємодії громадян з органами державної влади в соціальних мережах; генератор ідей – пропонує варіанти для візуалізації проблеми у взаємодії громадян з органами державної влади у форматі Google Doodle; дизайнер – розробляє ескіз(и) Google Doodle за допомогою відповідних програм та Інтернет-конструкторів з вільним доступом; консультант з питань інтелектуальної власності – визначає покроковий алгоритм оформлення авторських прав на Google Doodle.

Основні ролі учасників другої групи: історик – здійснює інформаційний пошук і визначає історичну постать, групу або громадське об'єднання, що стали відомими через свою правозахисну чи суспільно корисну діяльність; медіааналітик – здійснює пошук історичних постатей, груп або громадських об'єднань, які найчастіше згадуються в засобах масової інформації через свою видатну правозахисну чи суспільно корисну діяльність; генератор ідей – пропонує варіанти для візуалізації інформації про історичну постать, групу або громадське об'єднання у форматі Google

Doodle; дизайнер – розробляє ескіз(и) Google Doodle за допомогою відповідних програм та Інтернет-конструкторів з вільним доступом; консультант з питань інтелектуальної власності – визначає покроковий алгоритм оформлення авторських прав на Google Doodle.

Наприкінці другого модуля учасникам пропонувалося виконати завдання наступного веб-квесту. Для цього учасники також розподіляються на міні-групи, кожна з яких отримує окреме завдання.

Завдання веб-квесту першої групи полягає у вивченні ситуацій корупційного тиску на громадян з боку органів центральної влади та місцевої влади, другої – у вивченні досвіду антикорупційної діяльності громадянських об'єднань.

Основні ролі учасників першої групи: соціолог-аналітик – систематизує дані наявних досліджень, присвячених вивченню проявів корупції; аналітик соціальних медіа – визначає перелік типових ситуацій корупційного тиску, про які громадяни повідомляють у соціальних мережах; консультант з правових питань – визначає покроковий аналіз дій, які необхідно зробити громадянину, що відчуває корупційний тиск; розробник медіаконтенту – розробляє інструкцію та інформаційні матеріали для громадян, які опинилися в ситуації корупційного тиску; блогер – розробляє алгоритм поширення інформаційних матеріалів та інструкцій у соціальних медіа.

Основні ролі учасників другої групи: аналітик – здійснює тематичний аналіз поточних ініціатив громадянських об'єднань антикорупційної спрямованості в засобах масової інформації та соціальних медіа; громадський активіст – генерує перелік ініціатив і заходів, спрямованих на протидію проявам і профілактику проявів корупції; експерт з правових питань – здійснює правовий аналіз громадянських ініціатив і заходів антикорупційної спрямованості; розробник медіаконтенту – розробляє інформаційні матеріали про запропоновані громадянські ініціативи та заходи антикорупційної спрямованості; консультант з питань PR – розробляє план популяризації антикорупційних ініціатив і заходів у традиційних засобах масової інформації та соціальних медіа.

Наприкінці третього модуля учасникам дається домашнє завдання, яке передбачає виконання завдань ще одного веб-квесту (для цього учасники знов розподіляються на міні-групи, кожна з яких отримує окреме завдання).

Завдання веб-квесту першої групи полягає у вивченні алгоритму подання петицій до органів центральної влади, для другої – місцевої влади. Основні ролі учасників: консультант з правових питань – визначає базові можливості реалізації громадянських ініціатив

з використанням механізму подання петицій; аналітик – здійснює тематичний аналіз поточних ініціатив громадян; громадський активіст – генерує перелік соціально значущих проблем, які потребують звернення громадян до органів центральної або місцевої державної влади; технічний консультант – створює покрокову інструкцію щодо реєстрації та подання громадянської ініціативи у вигляді петиції; консультант з питань соціальних медіа – розробляє план популяризації цієї ініціативи та пошуку її підтримки в соціальних медіа. Кожна група отримує посилання на відповідні Інтернет-ресурси для початку інформаційного пошуку.

Аналіз самозвітів учасників після проведення тренінгу дав змогу визначити загальні переваги використання методу веб-квестів для розвитку громадянської компетентності. Серед них можна відзначити такі:

- зосередження студентів/учасників тренінгу на темі, коли вони працюють з інформацією в режимі пошуку, особливо в Інтернеті («виконання завдань веб-квестів допомагало зосередитися на використанні інформації, а не на її пошуку, що давало змогу більш глибоко занурюватися в тему»);
- підтримка критичного мислення та навичок вирішення проблем через оригінальне оцінювання, кооперативне навчання, створення планів та інтеграції освітніх і медіатехнологій («робота в групах над веб-квестами спонукала замислитися над тим, до чого важко дійти самостійно», «об'єднання зусиль у роботі з квестами давало змогу отримати зворотний зв'язок від інших учасників, отримати їхні корисні поради, навчитися використовувати раніше невідомі технології та програми»);
- стимуляція кооперативного навчання через спільну діяльність у групі («коли спільно працювали над веб-квестами, я навчився співвідносити власні думки та дії з побажаннями інших учасників, а самі завдання виконувати більш швидко і продуктивно»);
- розвиток технологічних навичок студентів/учасників тренінгу («при виконанні веб-квестів розширила власні навички роботи з програмами й інструментами, у яких уважала себе досить компетентною, дізналася про багато корисних речей і навчилася багатьох корисних речей»);
- надання можливості вибору варіантів завдання та різних веб-сайтів («при виконанні веб-квестів можна було почуватися досить вільно при виборі частини завдання та певної ролі», «не було обмежень щодо використання різних сайтів як джерел інформації, що дало змогу обрати ті, які найкраще відповідали розумінню проблем»);
- забезпечення чіткого оцінювання («сподобалося, що у веб-квестах були чіткі інструкції до виконання завдання й оцінювання, тому

все було досить логічним, без хибних очікувань»);

- підсилення розвитку міждисциплінарних навичок і можливість студентам/учасникам тренінгу поєднати навчання з реальним досвідом («веб-квести допомогли розібратися в багатьох питаннях з різних сфер, а саме: у юридичних питаннях, яким раніше не надавала значення, і в технічних, у яких почувалася «чайником»);

- надання можливості приміряти на себе інші професійні/соціальні ролі в безпечній формі («у веб-квестах було цікаво спробувати бути аналітиком, дизайнером, фахівцем із SMM, така нагода випадає нечасто»);

- створення ситуацій, у яких учасники отримують інформацію, обговорюють питання, беруть участь у тематичних дискусіях, залучаються до виконання ролей і вирішення проблем («мені сподобалося дискутувати під час презентацій результатів веб-квестів, отримала багато цікавої інформації, спробувала відстоювати власну думку як фахівця в певній царині»);

- заохочення учасників до співпраці й зацікавленого навчання («робити квести в групах було дуже цікаво, відчував підтримку інших учасників, працював із натхненням, що буває рідко»).

Таким чином, з'ясовано, що веб-квест є досить гнучким і корисним інструментом, який варто використовувати в програмах розвитку громадянської компетентності.

Висновки з проведеного дослідження. Отже, з викладеного вище можемо резюмувати таке:

1. Основними напрямками розвитку громадянської компетентності можуть бути: 1) рефлексія уявлень про себе як громадянина, досвід взаємодії з органами влади на загальнодержавному та місцевому рівнях, 2) розвиток громадянських умінь і навичок, набуття/оновлення досвіду застосування практик солідаризації та громадянської участі, 3) актуалізація готовності застосовувати набутий досвід (знання, уміння й навички) у реальних ситуаціях взаємодії.

2. Веб-квест належить до інноваційних методів активного навчання, що можуть застосовуватися для розвитку громадянської компетентності молоді. Базовими структурними елементами веб-квесту є вступ, завдання, процес, джерела, оцінювання та висновки, створення лайфхак контенту.

3. У процесі розвитку громадянської компетентності веб-квести можуть використовуватися для підтримки зацікавленості в навчанні, створення надихаючої мотивації в процесі навчання/тренінгу, що забезпечує більш високий рівень ефективності тренінгових програм з використанням веб-квестів

порівняно з традиційними програмами й методами навчання.

Перспективи подальших досліджень полягають у вдосконаленні практики використання веб-квестів в освітньому процесі та тренінговій роботі з метою розвитку громадянської компетентності молоді.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Жадан І.В. Комунікативний потенціал розвитку громадянської компетентності студентської молоді. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. № 43 (46). С. 67–82.
2. Остапенко І.В. Потенціал соціальних медіа для розвитку громадянської компетентності студентської молоді. *Український психологічний журнал*. 2020. № 2 (14). С. 165–185.
3. Остапенко І.В. Стратегії та технології активізації самоідентифікування молоді : методичний посібник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 92 с.
4. Позняк С.І. Ресурси громадянськості: соціально-психологічна складова : методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 136 с.
5. Соснюк О.П., Остапенко І.В. Веб-квест як інструмент розвитку медіакомпетентності студентської молоді. *Український психологічний журнал*. 2018. № 1 (7). С. 133–150.
6. Соснюк О.П., Остапенко І.В. Психологічні особливості активності користувачів соціальних медіа. *Український психологічний журнал*. 2019. № 2 (12). С. 207–225.
7. Bobek D.L. Preparing engaged citizens: A process evaluation of 4-H's citizenship goals. Unpublished manuscript. Medford, MA : Institute for Applied Research in Youth Development, Tufts University, 2006.
8. Bobek D., Zaff J., Li Y., Lerner R.M. Cognitive, emotional, and behavioral components of civic action: Towards an integrated measure of civic engagement. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2009. № 30. P. 615–627.
9. Levine P., Youniss J. Youth and civic engagement: Introduction. *Levine P., Youniss J. (Eds.). Youth civic engagement: An institutional turn: Circle working paper 45*. Baltimore, MD : The Center for Information and Research on Civic Learning and Engagement, 2006. P. 3–6.
10. Sherrod L.R., Lauchardt J. The development of citizenship. *Lerner R.M., Steinberg L. (Eds.). Handbook of adolescent psychology*. New York : Wiley & Sons, 2009. Vol. 2 : Contextual influences on adolescent development 3rd ed. P. 372–407.
11. Sosniuk O., Ostapenko I. The development of media literacy and media competence of students in educational practice. *DisCo 2018: Overcoming the Challenges and Barriers in Open Education*. Prague, Center of Higher Education Studies, 2018. P. 82–89.

ОСОБЛИВОСТІ ҐЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ СЕРЕД ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

FEATURES OF GENDER STEREOTYPES AMONG MIDDLE-AGE MEN AND WOMEN

У статті розглянуто поняття ґендеру як цілісної психічної репрезентації статі, що відповідає поняттям «жіноче» і «чоловіче» та здобута індивідом у результаті індивідуального досвіду. Визначено, що ґендер відображає «соціальну» стать, на відміну від біологічної, і може мати постійний чи змінний характер. Для проведення дослідження ґендерних стереотипів обрано метод «Особистісний семантичний диференціал» О.Л. Кустової, що розкриває ґендерний аспект власного «Я» досліджуваних і дає змогу визначити поведінкові моделі респондента та його уявлення про ідеальний образ і призначення відповідно до його статі. У дослідженні взяли участь 83 особи віком від 25 до 45 років обох статей. Для дослідження сформовано дві групи: чоловіча (40 осіб) і жіноча (43 особи).

Підтверджено, що гіперґендерність як ознака «типової» чоловічої або жіночої поведінки є завадою для особистісного розвитку, унаслідок надмірної поляризації обов'язків і функцій за ознакою статі. З'ясовано, що присутність ґендерно-рольових стереотипів сповільнює процес саморозвитку та самовираження особистості. Також представниці жіночої групи проявляють і за окремими факторами й перевищують якості нарівні з чоловіками, що направлені на досягнення успіху у власній реалізації та зміцнення соціальних позицій. При такій тенденції водночас спостерігається прагнення жінок до зменшення емпатійності й емоційності як традиційно жіночих якостей задля досягнення успіху в різних сферах суспільного життя. Отримані результати засвідчують про зміну уявлень у поглядах сучасності відносно чоловічого й жіночого образу, які відходять від традиційних ролей і стереотипів.

Ключові слова: ґендер, стереотипи, образ «Я», фемінність, маскуліність, андрогінність.

The article considers the concept of gender as a holistic mental representation of sex, which corresponds to the concepts of "female" and "male" and acquired by the individual as a result of individual experience. It is determined that gender reflects the "social" sex as opposed to the biological one, and can be permanent or variable. The method of "Personal Semantic Differential" by O. Kustova was chosen to conduct a study of gender stereotypes, which reveals the gender aspect of the respondents' own "self" and allows to determine oneself's behavioral models and their idea of the ideal image and purpose in accordance with their gender. The study involved 83 people aged 25 to 45 years, which included representatives of both sexes. Two groups were formed for the study, that are male (40 people) and female (43 people).

It has been confirmed that hypergender, as a sign of "typical" male or female behavior, is an obstacle to personal development, due to excessive polarization of responsibilities and functions on the sex basis. It has been found that the presence of gender role stereotypes slows down the process of self-development and self-expression. Also, the representatives of the women's group show and on some factors exceed the qualities on a par with men, which are aimed at achieving success in their own implementation and strengthening social positions. At the same time, this tendency shows the desire of women to reduce empathy and emotionality as traditionally female qualities in order to achieve success in various spheres of public life. The obtained results testify to the change of ideas in the views of modernity regarding the male and female image, which deviate from traditional roles and stereotypes.

Key words: gender, stereotypes, self-image, femininity, masculinity, androgyny.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.37>

Полшкова С.Г.

д.мед.н.,
професор кафедри клінічної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Трофімова Д.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри соціальної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Крайлюк А.І.

к.психол.н.,
доцент кафедри соціальної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Стереотипи досі відіграють значущу роль у формуванні та становленні свідомості сучасної людини. Незважаючи на демократичність українського суспільства й забезпечення для обох статей рівних можливостей у доступі до освіти й охорони здоров'я, простежуються деякі тенденції нерівноправності жінок у можливості при виборі майбутньої професії, прийнятті на роботу, винагороді за працю, існує дисбаланс у співвідношенні жінок і чоловіків на керівних та управлінських посадах, менеджменту й у сфері політики. Тож цілком актуальним постає питання, чи дійсно у XXI столітті ґендерні стереотипи є причиною цієї диспропорції, наскільки сильно самі жінки схильні до стереотипного бачення себе і світу.

Метою статті є дослідити психологічні особливості ґендерних стереотипів серед чоловіків і жінок середнього віку.

Вивченню ґендеру присвятили роботи Є.П. Ільїн (соціальна природа ґендеру) [1], Ш. Берн (підпорядкування ґендерним нормам) [6], Є. Ніколаєва (психофізіологічна детермінація ґендерних відмінностей) [4], С. Бем (теорія ґендерних схем), Д. Батлер.

Дослідження ґендерних ролей і стереотипів переважно базуються на ідеях соціально-конструктивістської парадигми, у контексті якої ґендер розуміється як соціально сконструйовані відносини за ознакою статі. Соціально-конструктивістський підхід до аналізу ґендерно-рольових стереотипів базується на твердженні, що в соціальному розумінні жінки та чоловіки утворюються самим суспільством, а не народжуються. Робиться акцент на те, що не існує «жіночого» та «чоловічого» як природного й незмінного факту, а ґендерні ролі формуються як наслідок тривалої, постійно

відтворюваної взаємодії між людьми. Дослідники цього підходу стверджують, що відмінності, які в суспільстві, визначаються як маскулітні та фемінні, наявні статусно-рольові характеристики чоловіка і жінки не мають біологічного підґрунтя. Це лише засіб інтерпретації біологічного, а анатомічні відмінності не повинні бути визначальними в соціальній долі ні для жінок, ні для чоловіків [5]. Структура дослідження побудована відповідно до соціально-конструктивістської парадигми, урахувавши статево-рольові відмінності при вивченні впливу ґендерних стереотипів серед чоловіків і жінок.

Дослідження впливу ґендерних стереотипів серед чоловіків і жінок проведено в березні 2021 року в місті Києві. Вибірка становила 83 особи віком від 25 до 45 років, до якої ввійшли представники обох статей. Для дослідження сформовано дві групи: чоловіча (40 осіб) і жіноча (43 особи).

Для дослідження був обраний вік від 25 до 45 років, проте більша частина респондентів належить до вікової категорії від 36 до 45 років. Саме для цього вікового періоду характерні найвищі показники інтелектуального, психологічного та соціального розвитку особистості. Тому очікуваним є те, що саме в цей період найактивніше відбувається процес самоактуалізації як у чоловіків, так і в жінок.

Практична частина емпіричного дослідження проводилася в три етапи. На першому етапі проведено процедури діагностики, застосовуючи метод «Особистісний семантичний диференціал» (О.Л. Кустова). На другому етапі проведено узагальнення всіх даних і формування двох груп: чоловічої та жіночої. На третьому етапі здійснювався статистичний аналіз за допомогою програми статистичної обробки Jamovi й інтерпретація отриманих даних.

Аналіз та інтерпретація одержаних у ході емпіричного дослідження результатів включали декілька етапів. На першому етапі проведений аналіз внутрішньої надійності методик за допомогою α -Кронбаха та ω -Макдональдса. Для методу «Особистісний семантичний диференціал» (О.Л. Кустова) отримано такі показники: α -Кронбаха = 0,980, ω -Макдональдса = 0,980. Отримані результати свідчать про надійність та узгодженість питань в обраних методиках.

Наступний крок аналізу полягав у вивченні описових статистик і проведенні порівняльного аналізу за методикою «Особистісний семантичний диференціал» (О.Л. Кустова) з метою виявлення стереотипності поглядів щодо жіночого і чоловічого образу для респондентів жіночої та чоловічої групи відповідно.

Досліджуваним пропонувалося дати характеристику так: «Жінка на відміну від чоловіка»

(«Чоловік на відміну від жінки»), образу «Я», «Ідеальна жінка» («Ідеальний чоловік»), «Призначення жінки» («Призначення чоловіка»). Образ «Жінка на відміну від чоловіка» («Чоловік на відміну від жінки») досліджувався згідно з методикою в такому варіанті: необхідно було позначити ступінь відмінності між жінкою та чоловіком і навпаки, на думку респондентів.

Усі шкали згруповано для факторного аналізу, результати підсумовано, обчислено середні показники для кожного фактора. Для аналізу виділено низку факторів:

- оцінки загальної привабливості;
- сили особистості;
- емоційності;
- соціального статусу;
- залежності;
- емпатійності;
- сучасності;
- фемінності (традиційно «жіночих» якостей);
- маскулітності (традиційно «чоловічих» якостей);
- андрогінності (ґендерно нейтральних якостей).

Шкали, з яких згруповано фактори, оцінювалися у відсотках (10, 20, 30...100%), для подальшої статистичної обробки переводилися в бали від 0 до 10 (відповідно 1 бал – це 10%, 2 бали – це 20% тощо).

Необхідно зауважити, що до факторів емоційності, залежності, соціального статусу входить п'ять шкал, тому максимально можливий результат становить 50. Для фактору сила особистості максимальне значення – 70, оскільки містить у собі сім шкал. До факторів оцінки загальної привабливості, емпатійності, фемінності, андрогінності входить по вісім шкал, а отже, максимальний показник – 80. До факторів сучасності й маскулітності входить по дев'ять шкал, тому максимальне значення можна отримати 90.

Обчислені середні показники по кожному фактору для образів «Ідеальна жінка» («Ідеальний чоловік»), «Призначення жінки» («Призначення чоловіка») й образу «Я» відображають ступінь виразності традиційного, стереотипного погляду на жінку або чоловіка, а також стереотипність поведінкової моделі респондентів.

Обчислений середній показник по кожному фактору для образу «Жінка на відміну від чоловіка» («Чоловік на відміну від жінки») відображає різницю між чоловіком і жінкою з точки зору досліджуваних (табл. 1).

Для фактора оцінки загальної привабливості для образу «Жінка на відміну від чоловіка» («Чоловік на відміну від жінки») отримано такі показники: середнє арифметичне для жінок 40,1 при стандартному відхиленні 20,5 і максимальному 65; для чоловіків середнє

Таблиця 1

Показники по факторах по жіночій і чоловічій групах

	Група	Фактор оцінки загальної привабливості /відмінність	Фактор сили особистості /відмінність	Фактор емоційності /відмінність
Кількість	жінка	43	43	43
	чоловік	40	40	40
Середнє арифметичне	жінка	40,1	26,3	26,2
	чоловік	32,2	35,4	22,0
Медіана	жінка	46	30	26
	чоловік	35,0	38,0	23,0
Стандартне відхилення	жінка	20,5	21,4	11,3
	чоловік	19,7	17,7	13,3
Мінімальне	жінка	0	0	0
	чоловік	3	0	0
Максимальне	жінка	65	64	44
	чоловік	73	61	40

арифметичне становить 32,2 при стандартному відхиленні 19,7 та максимальному 73. Обчислений середній показник по кожному фактору для образу «Жінка на відміну від чоловіка» («Чоловік на відміну від жінки») відображає різницю в процентному співвідношенні між чоловіком і жінкою та навпаки.

Таким чином, на думку представниць жіночої групи, жінки, на відміну від чоловіків, більш привабливі на 40,1%. Чоловіки вважають себе привабливішими на 32,2%.

За фактором сили особистості отримано середні значення для жінок 26,3 при стандартному відхиленні 21,4 та максимальному 64, а для чоловіків середнє становить 35,4 при стандартному відхиленні 17,7 та максимальному 61. Отже, жінки вважають себе сильнішими на 26,3%, ніж чоловіки, а чоловіки приписують силу власній особистості на 35,4% більшу, ніж у представниць жіночої статі.

За фактором емоційності отримано середнє значення для жінок 26,2 при стандартному відхиленні 11,3 і максимальному 44, а для чоловіків середнє 22,0 при стандартному відхиленні 13,3 та максимальному 40. Отже, такі дані говорять, що жінки вважають себе більш емоційними на 26,2%, ніж чоловіки, а чоловіки вважають, що вони емоційніші за жінок на 22%.

Далі проведений порівняльний аналіз за такими факторами: фактор соціального статусу, фактор залежності, фактор емпатійності, фактор сучасності.

Жінки вважають себе на 20,3% впевненіші щодо соціального становища, яке вони займають у суспільстві, ніж чоловіки. Для чоловіків характерне переконання, що вони мають на 24,2% впевненіші позиції, ніж жінки, у реалізації власних позицій у соціумі.

Для фактору залежності, що відображає ступінь залежності від певних людей та обста-

вин, можна сказати, що жінки вважають себе на 26,5% більше, ніж чоловіки, залежними від певних аспектів буття. Чоловіки вважають себе більш залежними, на відміну від жінок, що становить 19,7%.

За наступним фактором жінки вважають себе емпатійнішими на 41,55%, ніж чоловіки. Чоловіки встановили ступінь різниці в 29,3% власної емпатійності порівняно із жінками (табл. 2).

За фактором сучасності, що відображає здатність відчувати тенденції змін у навколишньому світі, у суспільстві та здатність адаптуватися до цих змін, отримано такі висновки. Жінки вважають себе на 34,5% здатними слідувати відповідно до змін сучасності, на відміну від чоловіків. Для чоловіків отримано показник у 46,4%, що говорить про те, що чоловіки вважають для себе більш характерними вищезначені характеристики.

Наступні три фактори розглянуто окремо, з огляду на те що, згідно з методикою, фактор фемінності визначається лише для жінок, а фактор маскулінності – лише для групи чоловіків. Фактор андрогінності, що свідчить про гендерно нейтральні якості, визначався й для чоловічої, і для жіночої групи (табл. 3).

Виявилось, що жінки при оцінці образу «Жінка на відміну від чоловіка» приписують жіночі якості на 48,8%, а чоловіки вважають себе більш мужніми на 56%, на відміну від представниць протилежної статі. За фактором андрогінності респонденти показали близькі значення: жінки – 37,9%, чоловіки – 36%.

Проаналізувавши отримані дані за образом «Жінка на відміну від чоловіка», можна стверджувати, що респондентам жіночої групи властиві переконання, що жінка більш емоційна й емпатична, має привабливішу зовнішність, проте на кілька сходинок нижче стоїть за

Таблиця 2

Показники по факторах по жіночій і чоловічій групах

	Група	Фактор соціального статусу /відмінності	Фактор залежності /відмінності	Фактор емпатійності /відмінності	Фактор сучасності /відмінності
Кількість	жінка	43	43	43	43
	чоловік	40	40	40	40
Середнє	жінка	20,3	26,5	41,5	34,5
	чоловік	24,2	19,7	29,3	46,4
Медіана	жінка	19	31	50	31
	чоловік	26,0	19,0	33,0	52,0
Стандартне відхилення	жінка	14,4	11,4	19,9	25,9
	чоловік	13,7	13,1	20,2	24,2
Мінімальне	жінка	0	0	0	0
	чоловік	0	0	0	0
Максимальне	жінка	42	42	69	71
	чоловік	46	41	66	78

Таблиця 3

Показники по факторах по жіночій і чоловічій групах

	Група	Фактор фемінності / відмінності	Фактор маскулінності / відмінності	Фактор андрогінності / відмінності
Кількість	жінка	43	-	43
	чоловік	-	40	40
Середнє арифметичне	жінка	48,8	-	37,9
	чоловік	-	46,0	36,0
Медіана	жінка	59	-	41
	чоловік	-	49,0	37,5
Стандартне відхилення	жінка	19,9	-	20,7
	чоловік	-	24,9	21,0
Мінімальне	жінка	2	-	0
	чоловік	-	0	0
Максимальне	жінка	68	-	64
	чоловік	-	75	67

соціальним статусом у суспільстві, ніж чоловіки, і займає більш залежну позицію в повсякденному житті. Цікавим виявився той факт, що традиційно жіночі якості займають середні позиції прояву цього образу, зіставляючи які з проявом нейтральних ґендерних ознак, можна висунути припущення, що в сучасних поглядах відбуваються зміни щодо традиційності уявлень жіночого образу.

Відповідно до результатів для чоловічої групи щодо образу «Чоловік на відміну від жінки» отримано такі характеристики: чоловіки впевненіші щодо власної соціальної позиції, менш залежні від різноманітних факторів, більше відповідають наявним сучасним тенденціям у суспільстві. Респонденти чоловічої групи вважають чоловіків досить привабливими, емоційними, емпатійними, проте порівняно із жіночою групою ці показники значно

нижчі. За проявом традиційно чоловічих якостей для цього образу характерні середні показники, які в поєднанні з показниками андрогінності можуть указувати на те, що відбувається трансформація чоловічого образу сучасності.

Далі, згідно з методикою, проводився порівняльний аналіз образу «Я» з «Ідеальним образом» та образом «Призначення» як у жіночій, так і в чоловічій групі за всіма зазначеними факторами.

При порівнянні по обом групам образу «Я», «Ідеального образу» та «Призначення» за фактором оцінки привабливості необхідно відмітити, що жінки вбачають в ідеальному образі жінки більшу привабливість, ніж притаманна їм у власному образі «Я». Для власного образу «Я» 62,4% – середня оцінка себе респондентом (при стандартному відхиленні 9,87,

максимальному 75 та мінімальному 36). Для ідеального образу показник збільшується до 65,7%, але в образі «Призначення жінки» відмічається заниження цього показника до 61%. Таке заниження можна пояснити можливим впливом наявних поглядів щодо образу реалізованої жінки в частини досліджуваних жінок. Проте треба зазначити, що максимально можливий показник за фактором становить 80. Отримані дані для образу «Призначення» – 61,0, ураховуючи стандартне відхилення 19,8 при максимальному 80 та мінімальному 36, свідчать про традиційність поглядів на оцінку досліджуваного образу в індивідуальному сприйнятті окремих представниць жіночої групи.

За фактором привабливості чоловіки вбачають «Ідеальний образ» (61,1%), що значно більше, ніж для власного образу «Я» (53,6%). Проте, необхідно зазначити, що різниця між показниками образами «Я» та образом «Призначення чоловіка» незначна. Це може свідчити про те, що респонденти не мають завищених вимог і стандартів щодо власної зовнішності задля реалізації свого призначення.

За фактором сили особистості жінки прагнуть стати набагато сильнішими й до особистісного зростання. Про це свідчить зростання до 60,2% з 54% показника «Ідеальний образ жінки», а також наближення показника ідеального образу 60,2 до максимально можливого. Незначний відрив між показником образу «Я» та «Призначення жінки» (56,4%) за фактором сили особистості може свідчити про все ще вплив стереотипного уявлення про жінку як про «слабку особистість».

Для чоловіків дещо більша різниця між показниками образу «Я» (50,9%) та ідеальним образом чоловіка (57%), образом «Призначення чоловіка» (55,2%) за фактором «Сили особистості». Проте необхідно зазначити, що для респондентів чоловічої групи показники ідеалу не відповідають занадто високим, якщо враховувати, що максимально можливе значення за цим фактором 70. Можна припустити, що сучасність не вимагає вияву від чоловіків «міцності духу», а отже, це відображається й на уявленні про ідеали.

Далі вивчався фактор емоційності по обох групах.

За фактором емоційності максимально можливий результат становить 50. Відмічається вище середнього прояв за цією ознакою в чоловіків (середнє арифметичне 29,5 при стандартному відхиленні 7,40 та максимальному 44), середній у жінок (середнє арифметичне 27,2 при стандартному відхиленні 8,02 та максимальному 39). За цим фактором простежується намагання жінок проявляти меншу емоційність в ідеальному образі жінки (22,7%) порівняно з власним образом «Я»

(27,2%), така ж тенденція й щодо образу «Призначення жінки» (24%). Для чоловіків ідеальний образ та образ «Призначення чоловіка» майже рівні за значенням – 28,5% та 28,4% відповідно. Для реального образу «Я» це значення становить 29,5%.

Отже, і для чоловіків, і для жінок простежується прагнення емоційної стійкості, яка є необхідною для самореалізації, неодмінним складником самоактуалізованої особистості. Для жінок простежується стійка тенденція прагнення долати зайву емоційність. На нашу думку, це може бути зумовлено стереотипними уявленнями, наявними в суспільстві, щодо несумісності емоційності з діловими якостями й управлінською діяльністю.

Якщо розглядати емпатійність за всіма образами, то спостерігається той факт, що для жінок характерний прояв на одному рівні: для образу «Я» – 52,6%, «Ідеальний образ жінки» – 52,0%, «Призначення жінки» – 51%.

Для чоловіків емпатійність для образу «Я» становить 47,6%, а для ідеального образу чоловіка – 51,6%, для образу «Призначення чоловіка» – 51%. Це може свідчити про прагнення чоловіків розуміти інших, застосовуючи механізми емпатії. Для жінок же характерне прийняття своїх емпатійних здібностей як традиційно жіночих, проте можливе прагнення дещо нижче проявляти емпатійність у процесі реалізації призначення. Необхідно відмітити, що максимально можливе значення за цим фактором становить 80. Таким чином, як для жінок, так і для чоловіків характерний вище середнього прояв за цією ознакою.

Далі вивчалися результати за фактором соціального статусу.

Порівнюючи показники за фактором соціального статусу, за яким максимально можливий показник становить 50, необхідно відмітити, що як для досліджуваних жінок, так і для чоловіків простежується намагання зміцнити власні соціальні позиції. Це підтверджено значною різницею між реальним «Я» (для жінок – 34%, для чоловіків – 32,9%) та ідеальним образом (для жінок – 40,6%, для чоловіків – 39,7%), образом призначення (для жінок – 37,9%, для чоловіків – 39,5%). Це пояснюється наявними в суспільстві стандартами успішності. Набутий соціальний статус – статус, якого людина досягає завдяки своїм розумовим і фізичним зусиллям (робота, зв'язки, посада, пост). І простежується стійка тенденція серед жінок на рівні з чоловіками проявляти прагнення досягати стійких позицій у соціумі, реалізувати власні можливості через власну діяльність. Цей висновок підтверджується й висновками щодо фактору залежності.

За фактором залежності в жінок простежується намагання відходити від позицій залежності. Якщо для образу «Я» показник

становить 28%, то для образу «Ідеальна жінка» цей показник – 24,2%, а для образу «Призначення жінки» – 25,1%. Для чоловіків всі три образи знаходяться в показниках на одному рівні: образ «Я» – 26,5%, «Ідеальний чоловік» – 26,6%, «Призначення чоловіка» – 25,9%. Ураховуючи, що максимально можливий результат за цим фактором – 50, необхідно відзначити, що загалом і для жінок, і для чоловіків характерний прояв за цією ознакою в межах середніх значень. Необхідно звернути увагу на те, що для чоловіків питання залежності не є актуальним, зважаючи на досить рівні значення за показниками трьох образів, на відміну від жінок. Тобто, беручи до уваги результати за фактором соціального статусу та розглянутим фактором залежності, необхідно звернути увагу на прагнення жінок сучасного суспільства досягати успіху, але це супроводжується подоланням більш залежних позицій, ніж у чоловіків. Можна припустити, що це зумовлено ще наявними стереотипами в соціумі.

Для представниць жіночої статі досліджуваної вибірки спостерігається прагнення слідувати відповідно до нових обставин сучасності, знаходитися в потоці соціального життя й відчувати тенденції змін у соціумі. Це виявляється в показниках для образу «Ідеальна жінка» (75,4%) та «Призначення жінки» (68,7%) порівняно за образом «Я» (65,4%). Для представників чоловічої групи відзначаються так ж тенденція щодо прояву цього фактору: образ «Я» – 63,4%, «Ідеальний образ» – 72,2%, «Призначення чоловіка» – 70,9%. Максимально можливий результат за цим фактором становить 90, тому й для чоловічої, і для жіночої групи прояв за цією ознакою вище середнього.

У ході аналізу жіночого образу сучасності наступним кроком було порівняння фактору фемінності за образом «Я», «Ідеальний образ жінки», «Призначення жінки».

Середнє арифметичне для власного образу «Я» становить 58,3%, для ідеального образу – 53,7% та для образу «Призначення жінки» – 52,6%. Отже, можна зробити висновок, що жінки вважають себе надто жіночими. І для ідеального жіночого образу, і для успішно реалізованої жінки за власним призначенням респондентки вбачають необхідність меншого прояву традиційних жіночих якостей. Однак якщо враховувати, що можливий максимальний результат за цим фактором становить 80, то прояв фемінних якостей у досліджуваних жінок незначно перевищує середні позиції (середнє арифметичне 58,3 при стандартному відхиленні 8,77, максимальному 71 та мінімальному 39).

Ураховуючи, що максимально можливий результат за фактором маскулітності за образом «Я», «Ідеальний образ чоловіка», «Призначення чоловіка» становить 90, то відзначається вище середнього прояв маскулітних якостей (середнє 64,7 при стандартному відхиленні 10,0, максимальному 73 та мінімальному значенні 36). Отже, навіть максимально отриманий результат з вибірки не відповідає високим значенням. Власному образу «Я» чоловіки відвели 64,7% прояву традиційно чоловічих якостей, а от для ідеального образу чоловіка респонденти вбачають прояв маскулітності на 73,1%, а для образу «Призначення чоловіка» на 72,7%. Отже, чоловікам, на відміну від жінок, навпаки, притаманне бажання слідувати більш традиційним поглядам на образ чоловіка відповідно до «чоловічих стандартів», проте ці стандарти не відповідають жорстким межах традиційних стереотипів. Так, різниця в поглядах на відповідний ідеальний образ у чоловічій і жіночій групі пояснюється наявними критеріями успішності в суспільстві й вимогами щодо особистості, що реалізується в площині власної діяльності. Ці вимоги передбачають передусім прояв певних маскулітних якостей, тому бажання жінок зменшити прояв своїх фемінних якостей задля досягнення успіху є передбачуваним.

Висновки з проведеного дослідження. За методикою «Особистісний семантичний диференціал» О.Л. Кустової фактори «емоційності», «залежності», «емпатійності», «фемінності» відображають досить традиційні погляди на образ жінки, тому високі показники по цій групі вказують на традиційну оцінку досліджуваних образів. У поглядах сучасних жінок відбуваються зміни щодо уявлень жіночого образу, які відходять від традиційних стереотипів. Підтвердження цього факту ми знаходимо в більш високих показниках серед жіночої групи, ніж чоловічої, за фактором «сили особистості», фактором «соціального статусу» й фактором «сучасності».

За методикою високі значення за факторами «сили особистості», «соціального статусу», «сучасності», «маскулітності» говорять про досить традиційні погляди на досліджувані образи в чоловіків. При дослідженні чоловічої групи отримано вище середнього показники за фактором «соціального статусу» і за фактором «сучасності», середні показники за фактором «сили особистості» й «маскулітністю». Ураховуючи, що результати за «емоційним» та «емпатійним» фактором вище середнього, можна зробити висновок, що відбувається трансформація чоловічого образу порівняно з традиційними поглядами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Щотка О.П. Гендерна психологія : навчальний посібник. Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 359 с.
2. Де Бовуар С. Второй пол. Москва : Прогресс ; Санкт-Петербург : Алетейя, 1997. 832 с.
3. Unger R. Toward a Redefinition of sex and Gender. *American Psychologist*. 1979. № 3. P. 43–57.
4. Здравомыслова Е.А., Темкина А.А. Социальное конструирование гендера. Москва, 2002. 176 с.
5. Основи теорії гендеру : навчальний посібник. Київ : К.І.С., 2004. 536 с.
6. Берн Ш. Гендерная психология. Санкт-Петербург : прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. 320 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЧОЛОВІКІВ – СУБ'ЄКТІВ ПРОБАЦІЇ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MEN – SUBJECTS OF PROBATION

Стаття присвячена висвітленню результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей чоловіків – суб'єктів пробації. Окреслено, що пробація – це альтернативний вид покарання осіб, які скоїли проти-правне діяння, що не належить до тяжких злочинів. Відзначено переваги пробації для особи, яка вчинила правопорушення, і для громади. Зазначено, що діяльність служби пробації, яка порівняно нещодавно з'явилася в Україні, орієнтована на посилення безпеки суспільства шляхом профілактики правопорушень і виправлення засуджених. Суть наглядової (післясудової) пробації полягає в нагляді та ресоціалізації засуджених шляхом проведення індивідуально спланованої роботи. Наголошено, що впровадження реабілітаційних і корекційних програм важливо здійснювати, зважаючи на психологічні особливості особистості засудженого. Представлено та проаналізовано результати дослідження станів і властивостей особистості, що мають першочергове значення для процесу соціальної адаптації й регуляції поведінки, диференціальних проявів агресії та ворожості, а також механізмів психологічного захисту «Я» серед чоловіків – суб'єктів пробації. З'ясовано, що значній частині опитаних засуджених притаманні невротичність, дратівливість, депресивність, емоційна лабільність, реактивна агресивність і водночас сором'язливість. Незначна частина досліджуваних суб'єктів пробації має врівноваженість, товарищескість. Більшості засуджених загалом властиві підвищений, високий і дуже високий рівні за індексом агресії та ворожості. Виявлено середній рівень розвитку в суттєвій частині опитаних таких механізмів психологічного захисту, як проєкція, гіперкомпенсація, заміщення, витіснення, компенсація, заперечення. Серед диференціальних проявів агресії й ворожості в опитаних чоловіків домінують провинна, образа та підозрілість, непряма й вербальна агресія, роздратування. Установлено тісні взаємозв'язки між досліджуваними показниками.

Ключові слова: засуджені, особистість, пробація, психологічні особливості, суб'єкт пробації.

The article deal with the results of an empirical study of the psychological characteristics of men – subjects of probation. It is outlined that probation is an alternative type of punishment for persons who have committed an illegal act that does not belong to a serious crime. The benefits of probation for the offender and for the community are determined. It is noted that the activity of the probation service, which has appeared in Ukraine recently, is aimed at strengthening the security of society by preventing offenses and correcting convicts. The essence of supervisory (post-trial) probation is to supervise and re-socialize convicts by conducting individually planned work. It is emphasized that the implementation of rehabilitation and correctional programs is important to perform taking into account the psychological characteristics of the convict. The results of the study of states and personality traits that are of paramount importance for the process of social adaptation and regulation of behavior, differential manifestations of aggression and hostility, as well as mechanisms of psychological protection of “I” among men – subjects of probation are presented and analyzed. It is found out that a significant part of the interviewed convicts are characterized by neuroticism, irritability, depression, emotional lability, reactive aggression and at the same time shyness. A small part of the studied subjects of probation has balance and sociability. Most convicts generally have elevated, high, and very high levels of aggression and hostility. The average level of development in a significant part of the respondents of such mechanisms of psychological protection as projection, hypercompensation, substitution, displacement, compensation, denial is revealed. Guilt, resentment and suspicion, indirect and verbal aggression and irritation among the differential manifestations of aggression and hostility in the interviewed men are dominated. Close relationships have been established between the studied indicators.

Key words: convicts, personality, probation, psychological features, subject of probation.

УДК 159.923.2:343.261-052-055.1
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.38>

Сергєєва І.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Кохановська І.В.

студентка II курсу магістратури
спеціальності «Психологія»
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Актуальність проблеми дослідження. Трансформація та реалізація основних міжнародних стандартів у вітчизняному законодавстві є необхідним складником сучасного реформування в нашій державі. Переконливою подією на цьому шляху є прийняття Верховною Радою України у 2015 році Закону України «Про пробацію». Його виконання є важливою умовою побудови правової та демократичної країни, удосконалення і становлення громадянського суспільства.

Створення служби пробації та її діяльність мають на меті «забезпечення безпеки суспільства шляхом виправлення засуджених, запобігання вчиненню ними повторних кримінальних правопорушень і забезпечення суду інформацією, що характеризує обвинувачених,

з метою прийняття судом рішення про міру їхньої відповідальності» [6].

За незначний час свого існування в Україні пробація показала певний прогрес, є потужним складником у кримінально-виконавчій системі. Так, за статистикою, кількість суб'єктів пробації за чисельністю значно перевищує кількість осіб, які відбувають покарання в місцях позбавлення волі. Станом на 1 серпня 2020 року на обліку в органах пробації перебувало 63376 засуджених до покарання, не пов'язаних із позбавленням волі. Водночас у місцях позбавлення й обмеження волі перебувало близько 52000 осіб [4]. І, як вважають фахівці, це число буде постійно зменшуватися.

Найважливішим складником наглядової пробації є проведення соціально-виховної

роботи із засудженими. Як доводить практика, важливо не обмежитися оголошенням покарання та його виконанням, а вплинути на особистість правопорушника, «підняти на новий рівень особистісний розвиток» [2, с. 59]. Фахівці, спираючись на досвід зарубіжних колег у сфері пробації, наголошують на дієвості впровадження реабілітаційних, корекційних програм, зважаючи на психологічні особливості особистості засудженого, його емоційний стан, рівень освіти, потреби тощо [1].

Вивчення психології особистості як суб'єкта злочину є одним із основних методів запобігання злочинності. «Характеристика особи злочинця, вивчення її морально-психологічних ознак дають змогу правильно визначити характер і ступінь суспільної небезпеки злочинного діяння, установити причини конкретного злочину та злочинності загалом, розробити науково обґрунтований прогноз і здійснити програмування профілактичних заходів» [3, с. 1]. Але водночас у юридичній психології наголошено на суттєвій важкості й складності вивчення особистості особи, яка скоїла злочин [5; 7].

Діяльність органів пробації в Україні аналізували О. Беца, І. Богатирьов, В. Васюк, О. Гальцова, Т. Денисова, В. Дрьомін, Ю. Кернякевич-Танасійчук, Н. Максимова, Т. Нікіфорова, Л. Олефір, Л. Петровська, М. Пузирьов, Ю. Севрук, В. Севрюков, А. Степанук, Д. Ягунов, І. Яковець та інші науковці й практики.

Проблему особистості засуджених чоловіків і жінок у різний час досліджували такі зарубіжні й вітчизняні вчені, як Ю. Антонян, В. Бурлаков, Я. Гилінський, Г. Горшенков, О. Джужа, А. Долгова, П. Кабанов, В. Кудрявцев, Н. Кузнецова, А. Куликович, В. Лунєєв, А. Міхлін, О. Неживець, В. Номоконов, О. Попович, М. Рибалка, М. Черней, Д. Шестаков, А. Яковлев та інші. Попри наявність наукових праць із такої тематики, серед фахівців продовжуються дискусії щодо поняття й особливостей особи правопорушника. Тому питання, порушені в публікації, мають актуальне прикладне значення.

Метою статті є дослідження психологічних особливостей чоловіків – суб'єктів пробації.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до Закону України, «пробація – система наглядових та соціально-виховних заходів, що застосовуються за рішенням суду та відповідно до закону до засуджених, виконання певних видів кримінальних покарань, не пов'язаних із позбавленням волі, та забезпечення суду інформацією, що характеризує обвинуваченого» [6].

«Суб'єкти пробації – засуджені, щодо яких за рішенням суду та відповідно до закону застосовуються наглядові, соціально-виховні заходи, та обвинувачені, щодо яких органом пробації готується досудова доповідь» [6].

Отже, пробація – це альтернативний вид покарання осіб, які скоїли протиправне діяння, що не належить до тяжких злочинів. Воно передбачає не позбавлення волі, а направлення засудженого на певний термін під нагляд працівника служби пробації. Так, особи, що перебувають у конфлікті із законом, не ізолюються від суспільства, а перебувають у межах певних зобов'язань й обмежень: відвідують центри пробації за місцем проживання, беруть участь у певних різновидах діяльності, дотримуються законослухняної поведінки тощо. Служба пробації, маючи правові та соціальні повноваження, здійснює нагляд, контроль і надання допомоги правопорушникам, реінтегруючи їх у громаду. Усе це сприяє справедливому правосуддю й запобіганню повторним злочинам.

Законом передбачено 3 види пробації: досудова, наглядова й пенітенціарна. Суть наглядової пробації полягає в нагляді та ресоціалізації засуджених шляхом проведення індивідуально спланованої роботи щодо надання необхідних соціально-психологічних, освітніх, юридичних і медичних послуг через застосування спеціальних пробаційних програм. Вони включають заходи корекції соціальної поведінки (або її окремих проявів) і формування соціально позитивних змін особистості [5–7].

Емпіричне дослідження проводилося упродовж 2021 року на базі Лисичанського міського відділу філії ДУ «Центр пробації» у Луганській області. У дослідженні взяли участь 25 клієнтів пробації – осіб, звільнених від відбування покарання з випробуванням. Це чоловіки віком від 19 до 39 років, 48% із яких відбувають покарання за правопорушення, пов'язані з крадіжкою; 40% – за правопорушення, пов'язані з уживанням і розповсюдженням наркотичних речовин, 12% – за правопорушення, пов'язані з розбоєм і нанесенням тілесних ушкоджень. 80% досліджуваних засуджених самотні, тобто не мають жодних стосунків.

Для досягнення поставленої мети використано такі методики: Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI, форма В); методика діагностики показників і форм агресії Басса-Дарки; опитувальник «Індекс життєвого стилю» (Плутчик – Келлерман – Конте).

Розглянемо результати дослідження за опитувальником FPI, валідизованим для діагностики станів і властивостей особистості, що мають першочергове значення для процесу соціальної адаптації та регуляції поведінки (таблиця 1).

Так, у 56% опитаних нами суб'єктів пробації діагностовано високі показники за шкалою невротичність, що відповідає вираженому невротичному синдрому астеничного типу зі значними психосоматичними порушеннями. Для них характерні нервозність, хворобливість, невміння знайти вихід зі складних

Виразність станів і властивостей особистості чоловіків – суб’єктів пробації, %

Рівні	Шкали											
	Невротич- ність	Спонтанна агресія	Депресив- ність	Дратівливість	Товарись- кість	Урівноваже- ність	Реактивна агресія	Сором’язли- вість	Відкритість	Екстоверсія- інтроверсія	Емоційна лабільність	Маскулізм- фемінізм
Високий	56	32	52	56	16	28	56	56	24	20	44	16
Середній	36	52	44	36	68	36	40	32	40	68	36	44
Низький	8	16	4	8	16	36	4	12	36	12	20	40

ситуацій, надмірна заклопотаність власними переживаннями. У поведінці таких чоловіків можна часто спостерігати, як навіть нерізка невротизація призводить до порушення розмірності, адекватності емоцій, коли сильний подразник може зовсім не викликати ніякої реакції, а слабкий – провокує бурхливий вибух негативних почуттів. Низький рівень невротичності в дослідженні зафіксовано лише у 8% клієнтів пробації, тобто для них властиві спокій, невимушеність, емоційна зрілість, об’єктивність в оцінці себе й інших людей, сталість у планах і вподобаннях.

Підвищений рівень психопатизації виявлений майже в третини (32%) опитаних засуджених чоловіків. Як правило, такі чоловіки не дуже добре контролюють себе і свої імпульси. Гострі відчуття й одномоментні задоволення для них важливіші громадських норм та очікувань. Вони соціально активні, азартні, їх легко захопити. Спочатку можуть здаватися приємними в спілкуванні, але їхня імпульсивність, байдужість до наслідків, а часом і безвідповідальність псують початкове враження. У 52% випробуваних середні оцінки за шкалою «спонтанна агресивність» свідчать про можливість у деяких ситуаціях імпульсивної поведінки, проявів агресивності, неадекватності, необдуманих реакцій. Лише 16% засуджених із вибірки мають низький показник спонтанної агресивності.

Дослідження виявило також більше ніж у половини (56%) клієнтів пробації високий рівень психопатизації екстраінтенсивного типу, що характеризується агресивним ставленням до соціального оточення й вираженим прагненням до домінування. Такі чоловіки відстоюють свої погляди, егоцентричні, авторитарні, недовірливі. Для 40% із числа опитаних можливі ці прояви за визначених обставин. І лише в 4% досліджуваних низький рівень реактивної агресивності.

Ознаки, характерні для психопатологічного депресивного синдрому, виявлені нами в 52% клієнтів пробації. При цьому специ-

фічно афективному стані загальмована психічна діяльність, порушена афективна сфера. Суб’єктивно чоловіки переживають насамперед важкі, болючі емоції й переживання – пригніченість, тугу, розпач, почуття некомпетентності й неадекватності. Сьогодні, минуле, майбутнє вони сприймають у похмурому світлі. Мотиви, устремління й волява активність таких осіб знижені. Для них характерні думки про власну відповідальність за різноманітні неприємні події, що відбулися, почуття провини й відчуття безпорадності перед життєвими труднощами. У 44% респондентів середні показники депресивності. І лише 4% опитаних життєрадісні, енергійні.

56% досліджуваних засуджених отримали високі показники за шкалою дратівливості. Їм властиві нестійкі емоційні стани зі схильністю до афективного реагування, дратівливість, збудливість, нетерпимість, імпульсивність, напруженість, надмірна педантичність і реактивність. Такі чоловіки конфліктні й не бажають миритися з труднощами або будь-чим небажаним (включаючи інших людей, які їм не подобаються). Вони нерідко переступають деякі громадські норми і правила, не завжди тримають слово. Емоційну стійкість мають, за нашими даними, лише 8% засуджених.

Високі показники за шкалою «емоційна лабільність» у 44% клієнтів пробації вказують на нестійкість їхнього емоційного стану, що виявляється в частих коливаннях настрою, збудливості, напруженості, депресивності, дратівливості, недостатній саморегуляції. У 20% опитаних чоловіків висока стабільність емоційного стану й гарне вміння володіти собою.

У 16% засуджених наявна гарна захищеність до впливу стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій. Вони впевнені в собі, спокійні, діяльні, добре налаштовані, стійкі, завзяті, довірливі. 36% опитаних нами клієнтів пробації мають середні показники врівноваженості – стійкості до стресу, ще 36% – нестійкі до стресу, знаходяться в стані дезадаптації,

тривожні, втрачають контроль над потягами, у них виражена дезорганізація поведінки.

Проаналізуємо показники сором'язливості, яка відображає схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, що протікає за пасивно-захисним типом. Так, 56% клієнтів пробації тривожні, розгублені, схвилювані, скуті, стримані зі зниженою здатністю соціального контакту. 12% засуджених досить легко зав'язують знайомства, рішучі, активні (до занадто навмисної й настирливої поведінки), не проти ризикнути, не бояться нового, не губляться від несподіванок.

Цікавими є дані про потенційні можливості й реальні прояви соціальної активності серед чоловіків – клієнтів пробації. Більшість опитаних (68%) показали середній рівень розвитку товариськості. Лише в 16% із числа досліджуваних виражена потреба в спілкуванні й постійна готовність до задоволення цієї потреби. Такі чоловіки дружелюбні, говірливі, товариські. У 16% випробуваних потреба в спілкуванні виражена слабо.

Лише 24% чоловіків із вибірки прагнуть до довірчо-відвертої взаємодії з навколишніми людьми за високого рівня самокритичності. 36% опитаних показали низькі оцінки за шкалою «відкритість».

20% клієнтів пробації мають високі показники за шкалою «екстраверсія-інтроверсія», що характерно для екстравертів – товариських людей, які люблять великі компанії, легко встановлюють соціальні контакти. 12% опитаних засуджених є інтровертами – не прагнуть до великого числа соціальних контактів, не дуже добре їх устанавлюють і підтримують.

У 40% опитаних клієнтів пробації психічна діяльність протікає переважно за жіночим типом, у 16% – за чоловічим типом.

Перейдемо до розгляду диференційних проявів агресії й ворожості, отриманих за методикою Басса-Дарки (див. таблицю 2).

Так, загалом 36% опитаних засуджених чоловіків мають різною мірою дуже високі,

високі та підвищені показники фізичної агресії, що свідчить про їхню готовність і використання ними фізичної сили проти інших людей. Низькі показники фізичної агресії нами виявлено в 40% засуджених.

68% опитаних клієнтів пробації загалом мають дуже високий, високий і підвищений рівень непрямой агресії: використовують плітки, злобні жарти як прояви агресії, обхідним шляхом спрямовані на іншу особу, або проявляють ненаправлені, неупорядковані вибухи люті (крик, тупотіння ногами тощо).

Щодо роздратування, то 56% опитаних мають загалом дуже високий, високий і підвищений рівень дратівливості, що показує їхню схильність до роздратування, готовність до прояву негативних почуттів за найменшого збудження (запальність, грубість). Лише 4% не схильні до роздратування.

У 60% суб'єктів пробації, які брали участь у дослідженні, загалом дуже високий, високий і підвищений рівні вербальної агресії. Вони проявляють негативні почуття як у формі крику, верещання, так і через словесні звернення до інших прокляття, погрози, лайки. Низькі показники вербальної агресії лише у 12% наших респондентів.

Для 72% клієнтів пробації загалом, але в різною мірою (дуже високий, високий або підвищений рівні) притаманні відчуття образи та підозрілості. образа проявляється в заздрості й ненависті, зумовлених почуттям гніву, невдоволеністю на весь світ або кимось конкретно за дійсні або вигадані страждання. У зв'язку з підозрілістю досліджувані недовірливі й обережні стосовно людей: вони переконані, що навколишні мають намір заподіяти шкоду.

Для 40% досліджених нами чоловіків характерні загалом дуже високі, високі й підвищені показники негативізму. Тобто такі засуджені мають опозиційну манеру поведінки, зазвичай спрямовану проти авторитету або керівництва. Ця поведінка може проявлятися у формі

Таблиця 2

Виразність проявів агресії й ворожості серед чоловіків – суб'єктів пробації, %

Рівні	Шкали									
	Фізична агресія	Непряма агресія	Роздратування	Вербальна агресія	Образа	Підозрюваність	Негативизм	Провина	Індекс агресії	Індекс ворожості
Дуже високий	8	12	12	4	16	36	4	16	4	24
Високий	12	12	12	16	24	12	16	12	0	12
Підвищений	16	44	32	40	32	24	20	44	48	36
Середній	24	24	40	28	4	16	20	4	36	20
Низький	40	8	4	12	24	12	40	24	12	8

від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених вимог, правил і законів. Низький рівень негативізму показали 40% респондентів.

Загалом 72% опитаних клієнтів пробації мають дуже високий, високий і підвищений рівні відчуття провини або аутоагресії. Це проявляється у відповідному ставленні та діях до себе й інших. У таких чоловіків зустрічається переконання самих себе в тому, що вони є поганими людьми, учинили злісно, безсвідомо й переживають докори сумління.

Узагальнюючи отримані показники за окремими видами реакцій, ми бачимо, що підвищений, високий і дуже високий рівні за індексом агресії мають 52% досліджуваних суб'єктів пробації та 72% за індексом ворожості відповідно.

Проаналізуємо результати дослідження за методикою «Індекс життєвого стилю» (опитувальник Плутчика – Келлермана – Конте), яка призначена для діагностики механізмів психологічного захисту «Я» (див. таблицю 3).

Так, у 3% клієнтів пробації значно розвинутий механізм психологічного захисту, який допускає заперечення сильних неприємних тривожних переживань. Реальні аспекти ситуації, які є очевидними для оточення, але можуть травматизувати, не сприймаються й не визнаються такими особистостями. Це викликає внутрішній конфлікт мотивів. У 33% опитаних цей механізм має середній ступінь напруження.

У 44% досліджуваних у деяких ситуаціях наявні несприятливі, незручні думки, почуття, бажання, непривабливі властивості власної особистості переміщуються у сферу несвідомого. Але, зберігаючи емоційне навантаження, вони можуть пробиватися через немотивовану тривогу та невротичні симптоми в таких чоловіків.

За нашими даними, у 28% клієнтів пробації наявний високий ступінь напруження за механізмом психологічного захисту «регресія». Такі чоловіки в поведінкових реакціях задля уникнення тривожних переживань переходять на

більш ранні стадії онтогенезу. Під дією фруструючих факторів вони замінюють суб'єктивно складні цілі на більш простіші. Також у 28% засуджених регресія як особистісна реакція може виникати в деяких ситуаціях.

Для 40% опитаних середній ступінь напруження має компенсація як механізм психологічного захисту. Вона проявляється у фантазуванні, привласненні собі цінностей, властивостей, поведінкових характеристик інших людей у спробах замінити ними реальний або уявний недолік, нестерпне почуття. Це відбувається для підвищення самооцінки й уникнення конфліктних ситуацій. Можлива агресивна та девіантна поведінка.

12% чоловіків, які брали участь в опитуванні, мають високі показники використання захисного механізму «проекція». Неусвідомлювані й неприйнятні для них почуття й думки приписуються іншим людям, локалізуються зовні. Наприклад, ми спостерігали, як агресивність часто притаманна навколишнім, а власна агресивність або недобррозичливість виправдовується. Така реакція найчастіше проявляється в міжособистісних стосунках опитуваних і знижує змогу пізнання поведінки навколишніх. У більшості досліджуваних (68%) проекція як механізм психологічного захисту має середній ступінь напруження.

У 16% клієнтів пробації на високому рівні виражено заміщення як механізм психологічного захисту. Воно діє через розрядку пригнічених агресивних емоцій (ворожості, гніву тощо) та їх спрямування на менш небезпечний і доступний об'єкт. Часто використання механізму заміщення знижує емоційне напруження опитаних, але не призводить до досягнення мети й полегшення. Тому вони можуть чинити неочікувано та безглуздо. У 44% досліджуваних механізм «заміщення» має середній рівень виразності.

Для 24% досліджуваних властива раціоналізація. Такі чоловіки створюють псевдорозумні, але слухні обґрунтування своєї або чужої поведінки, дій або переживань, причини яких вони не визнають через загрозу втрати

Таблиця 3

Виразність видів психологічного захисту чоловіків – суб'єктів пробації, %

Рівні	Шкали							
	Заперечення	Витіснення	Регресія	Компенсація	Проекція	Заміщення	Раціоналізація	Гіперкомпенсація
Високий	3	0	28	0	12	16	24	0
Середній	33	44	28	40	68	44	26	62
Низький	64	56	44	60	20	28	32	32

самоповаги. Цінність недоступного для себе досвіду такі засуджені часто намагаються знизити. 26% опитаних мають середній ступінь напруження за механізмом «раціоналізація».

62% суб'єктів пробації в дослідженні мають середній ступінь напруження за механізмом захисту «гіперкомпенсація». Такі засуджені можуть запобігати вираженню неприємних для себе думок, почуттів, учинків через перебільшення протилежних бажань. Так, наприклад, піклування про когось, співчуття можуть бути реактивними утвореннями жорстокості, байдужості.

Для встановлення взаємозв'язку між досліджуваними показниками ми використали метод статистичної обробки даних, а саме коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона. Діагностовані індивідуальні особливості суб'єктів пробації статистично значуще між собою корелюють ($p < 0,01$).

Так, невротичні засуджені виявляють ознаки, властиві психопатологічному депресивному синдрому ($r=0,825$), схильні до психопатизації інтроінтесивного ($r=0,643$) або екстраінтесивного типів ($r=0,659$), дратівливі ($r=0,721$), емоційно нестійкі ($r=0,864$).

Чоловіки, яким властива спонтанна агресивність, виявляють дратівливість ($r=0,704$), емоційну нестійкість ($r=0,579$). Показники емоційної лабільності корелюють із такими особистісними властивостями, як дратівливість ($r=0,800$), сором'язливість ($r=0,728$), тобто пов'язані з переживаннями здебільшого негативних емоцій. Депресивність засуджених також пов'язана з їхньою емоційною лабільністю ($r=0,846$), дратівливістю ($r=0,789$), сором'язливістю ($r=0,726$). Водночас депресивні чоловіки нетовариські, інтровертовані, невірніважені.

Виявлено тісний взаємозв'язок між показниками ворожості й невротичності ($r=0,470$), депресивності ($r=0,642$), спонтанної агресивності ($r=0,580$), реактивної агресивності ($r=0,604$) і дратівливості ($r=0,734$) досліджуваних. Разом із тим чоловіки з негативною, недовірливою позицією щодо оточуючих виявляють нетовариськість ($r=-0,483$) і невірніваженість ($r=-0,576$).

Нами встановлено взаємозв'язок між показниками механізму психологічного захисту «регресія» та «індексом ворожості» ($r=0,537$; $p \leq 0,02$). Це означає, на нашу думку, що чоловіки, яким властиве повернення на більш ранні стадії розвитку під дією фруструючих факторів, негативно й недовірливо ставляться до оточуючих.

Висновки з проведеного дослідження. Дослідження станів і властивостей особистості, що мають першочергове значення для процесу соціальної адаптації та регуляції поведінки, диференційних проявів агресії й ворожості, а також механізмів психологічного захисту «Я» серед чоловіків – суб'єктів пробації, виявило такі результати: 56% опитаних засуджених мають високі показники невротизації особистості, дратівливості, реактивної агресивності й сором'язливості. Ознаки, характерні для психопатологічного депресивного синдрому, проявили 52% чоловіків; у 44% діагностовано високі оцінки за шкалою «емоційна лабільність»; для 32% опитаних властивий високий рівень психопатизації інтроінтесивного типу. Лише у 28% досліджуваних гарна захищеність до впливу стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій (показник «урівноваженість»). У 16% з опитаних виявлено виражену потребу в спілкуванні та постійну готовність до задоволення цієї потреби.

Підвищений, високий і дуже високий рівні за індексом агресії мають 52% досліджуваних суб'єктів пробації та 72% за індексом ворожості відповідно.

Для значної частини опитаних засуджених властивий середній рівень розвитку таких механізмів психологічного захисту: заперечення (33%), витіснення (44%), регресія (28%), компенсація (40%), проєкція (68%), заміщення (44%), раціоналізація (26%), гіперкомпенсація (62%). На високому рівні проявляються механізми заперечення (3%), проєкція (12%), заміщення (16%), раціоналізація (24%).

Ураховуючи вищевикладене, перспективи подальшого дослідження цієї проблеми потребують, на наш погляд, вивчення взаємозв'язку між видами девіантної поведінки засуджених і їхніми психологічними особливостями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кубрак Р.М., Лень В.В. Кримінально-виконавча характеристика засуджених з психічними відхиленнями до позбавлення волі на певний строк : монографія. Дніпро : Біла К.О., 2018. 272 с.
2. Куликович А.Ю. Значення психологічних ознак особи злочинця: кримінологічний аналіз. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2018. № 4. С. 58–60.
3. Куликович А.Ю. Кримінологічна характеристика морально-психологічних ознак особи злочинця та жертви злочину : автореф. дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.08 / Університет Державної фіскальної служби України. Ірпінь, 2020. 21 с.
4. Кутєпов М.Ю. Пробація: сутність та проблематика запровадження в Україні. *Встановлення позитивних взаємин із правопорушником як принцип пробації* : матеріали наук.-практ. онлайн-«круглого столу» (м. Харків, 18 груд. 2020 р.). Харків : Право, 2021. С. 27–30.
5. Основи професійної діяльності персоналу органу пробації : навчальний посібник для персоналу органу пробації / авт. кол. ; за ред. Дж. Седхема, М. Октігана. Київ, 2017. 242 с.
6. Про пробацію : Закон України від 05.02.2015 № 160-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/160-19#Text> (дата звернення: 25.11.2021).
7. Пробація в Україні : науково-практичний посібник / Ю.Г. Севрук та ін. Київ : Національна академія прокуратури України, 2018. 120 с.

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ ЗІ СТИЛЯМИ СПІЛКУВАННЯ

GENDER PECULIARITIES OF THE CORRELATION BETWEEN PERFECTIONISM AND COMMUNICATION STYLES

У статті висвітлено результати емпіричного дослідження гендерних особливостей взаємозв'язку перфекціонізму зі стилями міжособистісного спілкування. Для визначення рівня прояву перфекціонізму ми скористалися методикою «Багатомірна шкала перфекціонізму-2» (MPS-2) П. Гевітта й Г. Флетта (адаптована І. Грачовою). Визначення стилів міжособистісного спілкування здійснено за допомогою методики діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі. У дослідженні ми децю модифікували інструкцію та, замість Я-ідеального, дослідили Я-віртуальне респондентів. У результаті емпіричного дослідження у вибірках із різним рівнем перфекціонізму встановлено статистично значущі відмінності в проявах стилів спілкування залежно від статі досліджуваних. Досліджувані чоловічої статі з високим рівнем перфекціонізму демонструють більшу впевненість і суперництво. Водночас жінкам більше, ніж чоловікам, властиві прямотинність і відвертість. Досліджувані чоловічої статі із середнім рівнем перфекціонізму більше, ніж досліджувані жіночої статі, демонструють впевненість, суперництво та прагнуть до влади й домінування. Досліджуваним жіночої статі більше, ніж досліджуваним чоловічої статі, властиві прояви співчуття, готовності до співпраці, доброзичливості. Установлено статистично значущі взаємозв'язки структурних компонентів перфекціонізму зі стилями спілкування в чоловічій і жіночій вибірках. У вибірці досліджуваних чоловічої статі високі особистісні стандарти пов'язані як із демонстрацією влади, так і з прагненням до переваги та співпраці. У досліджуваних жіночої статі високі особистісні стандарти обумовлюють прояви деспотизму й надкритичного ставлення та прагнення до суперництва, домінування. У жіночій вибірці об'єктно-орієнтований перфекціонізм взаємопов'язаний із проявами в Я-реальному образі деспотизму, демонстрацією переваги, суперництвом та прагненням до домінування в Я-ідеальному образі. Соціально-приписаний перфекціонізм прямо пов'язаний із демонстрацією доброзичливості, прагненням до доброзичливості й домінування.

Ключові слова: перфекціонізм, суб'єктно-орієнтований перфекціонізм, об'єктно-орієнтований перфекціонізм, соціально-приписаний перфекціонізм, стилі спілкування, чоловіча стать, жіноча стать.

ентований перфекціонізм, соціально-приписаний перфекціонізм, стилі спілкування, чоловіча стать, жіноча стать.

The article highlights the results of an empirical study of the gender peculiarities of the correlation between perfectionism and styles of interpersonal communication. To determine the level of manifestation of perfectionism, we used the method "Multidimensional scale of perfectionism-2" (MPS-2) by P. Gavitt and G. Flett (adapted by I. Gracheva). The styles of interpersonal communication were determined using the method of diagnostics of interpersonal relations by T. Leary. We slightly modified the instruction in our investigation and instead of the I-ideal we investigated the I-virtual of the respondents. Empirical research in samples with different levels of perfectionism showed statistically significant differences in the manifestations of communication styles depending on the sex of the subjects of study. Researched males with a high level of perfectionism show greater confidence and rivalry. At the same time, women are more straightforward and frank than men. Male subjects with an average level of perfectionism show more confidence, strive for power and dominance than female subjects. Female subjects more than male subjects are characterized by manifestations of compassion, willingness to cooperate, friendliness. Statistically significant relationships between the structural components of perfectionism and communication styles in male and female samples were established. In the sample of male respondents, high personal standards are associated with both a demonstration of power and a desire for excellence and cooperation. Among the studied women, high personal standards determine the manifestations of despotism and supercritical attitude and the desire for rivalry, domination. In the female sample, object-oriented perfectionism is interrelated with manifestations in the self-real image of despotism, demonstration of superiority, rivalry, and the desire to dominate in the self-ideal image. Socially ascribed perfectionism is directly related to the demonstration of benevolence, the desire for benevolence and dominance.

Key words: perfectionism, subject-oriented perfectionism, object-oriented perfectionism, socially ascribed perfectionism, communication styles, male gender, female gender.

УДК 159.9(063)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.39>

Чепурна Г.Л.

к.психол.н.,
доцент кафедри креативних індустрій
та соціальних інновацій
Національний університет
«Чернігівська політехніка»

Поленкова М.В.

д.економ.н., доцент,
завідувач кафедри креативних індустрій
та соціальних інновацій
Національний університет
«Чернігівська політехніка»

Постановка проблеми. Соціально-економічні трансформації сучасного суспільства, глобалізація, стрімке зростання інформаційних технологій зумовлюють приділення уваги науковцями до індивідуально-типологічних особистісних характеристик особистості, які забезпечують уміння налагоджувати соціальні зв'язки, бути гнучкими в міжперсональних стосунках тощо. Однією з таких характеристик є перфекціонізм, практично кожна з властивостей перфекціонізму відбивається у взаєминах людини з навколишнім світом. Водночас дослідники звертають увагу на недостатнє вивчення явища перфекціонізму із

соціальної точки зору [7, р. 464]. З огляду на те що перфекціонізм формується під впливом соціокультурних чинників, актуально дослідити гендерні особливості впливу перфекціонізму саме на вітчизняній вибірці.

Виклад основного матеріалу дослідження. Зауважимо, що деякі науковці вказують на позитивний вплив перфекціонізму на стилі спілкування молодих людей [10]. Зокрема, емпірично встановлено, що студенти з конструктивним типом перфекціонізму схильні до оптимізму та невимушеності у спілкуванні [4]. Проте більшість учених наголошує на таких

інтерперсональних характеристиках перфекціонізму, як прагнення до надмірної автономії, соціотропії [8; 9], надкритичності до інших, прихованій ворожості, презирстві, пошуку вигідного фону задля порівняння [2; 3, с. 55].

Результати емпіричних досліджень також підтверджують гендерні відмінності в проявах інтерперсональних характеристик перфекціонізму. Установлено, що зв'язок соціально-приписаного перфекціонізму з агресією та антисоціальною поведінкою в юнаків вищий, ніж у дівчат. До того ж у юнаків дезадаптивні прояви перфекціонізму в спілкуванні більш пов'язані з домінантним і ворожим стилем міжособистісного спілкування [10, р. 359]. П. Циганкова наголошує, що ключовим фактором успіху в комунікації для молодих жінок із високим рівнем деструктивного перфекціонізму є враження, яке вони складають для оточуючих [6]. Згідно з дослідженнями російської науковиці Т. Бескової, соціально-приписаний перфекціонізм має негативні наслідки для суб'єктивного благополуччя жінок і конструктивно впливає на суб'єктивне благополуччя чоловіків. Окрім того, позитивний емоційний фон у чоловіків пов'язано з високими особистісними стандартами, а у жінок – із надкритичним ставленням до інших [1].

Метою дослідження стало визначення гендерних особливостей взаємозв'язку перфекціонізму зі стилями спілкування.

Для визначення рівня прояву й особливостей структури перфекціонізму молоді ми скористалися методикою «Багатомірна шкала перфекціонізму-2» (MPS-2) П. Гевітта й Г. Флетта (адаптована І. Грачовою) [3]. В основу концепції канадських учених покладено об'єкту спрямованість перфекціонізму та виділено його такі параметри: *суб'єктно-орієнтований перфекціонізм* (перфекціонізм, орієнтований на себе); *об'єктно-орієнтований перфекціонізм* (перфекціонізм, орієнтований на інших); *соціально-приписаний перфекціонізм* (необхідність відповідати соціальним нормам, щоб отримати схвалення та прийняття). Два останні компоненти перфекціонізму визначаються дослідниками як інтерперсональні параметри перфекціонізму [7]. Визначення стилів міжособистісного спілкування молоді здійснено за допомогою методики діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі [5, с. 408–418]. Методика Т. Лірі визначає не лише стилі міжособистісного спілкування, а й дає можливість вивчення як Я-реального, так і Я-ідеального респондентів.

Вибірка становила 628 осіб віком від 15 до 30 років. Серед досліджуваних нараховувалося 402 респонденти жіночої статі (64,0%) і 226 респондентів чоловічої статі (36,0%).

На першому етапі дослідження ми здійснили порівняльний аналіз стилів спілкування в респондентів жіночої та чоловічої статі в групах з різним рівнем перфекціонізму за допо-

могою t-критерію Стьюдента. У групі досліджуваних із високим рівнем перфекціонізму виявлено низку відмінностей середніх значень показників стилів міжособистісного спілкування в Я-реальному та Я-ідеальному образі залежно від статі досліджуваних (рис. 1–2).

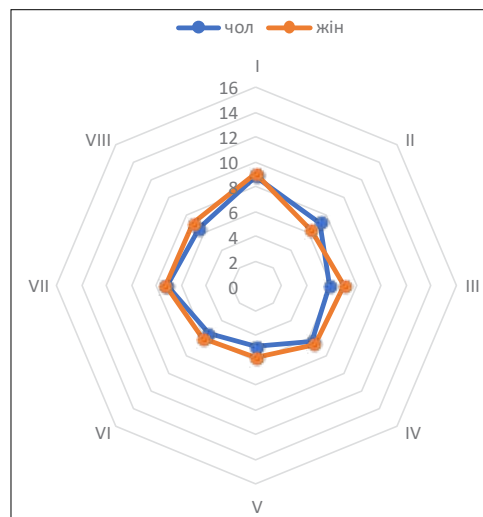


Рис. 1. Стилі спілкування в реальному Я-образі в групі з високим рівнем перфекціонізму

На рисунку під номерами зазначені стилі міжособистісного спілкування: I – владно-лідуючий; II – незалежно-домінуючий; III – прямолінійно-агресивний; IV – недовірливо-скептичний; V – покійливо-сором'язливий; VI – залежно-слухняний; VII – співробітницько-конвенційний; VIII – відповідально-великодушний.

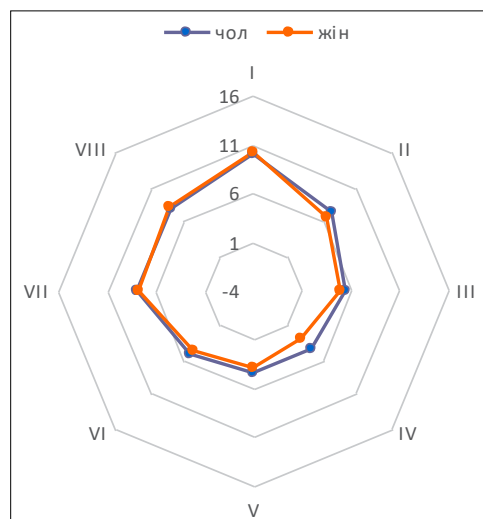


Рис. 2. Стилі спілкування в реальному Я-образі в групі з високим рівнем перфекціонізму

На рисунку під номерами зазначені стилі міжособистісного спілкування: I – владно-лідуючий; II – незалежно-домінуючий; III – прямолінійно-агресивний; IV – недовірливо-скептичний; V – покійливо-сором'язливий; VI – залежно-слухняний; VII – співробітницько-конвенційний; VIII – відповідально-великодушний.

Загалом у групі з високим рівнем перфекціонізму як жінкам, так і чоловікам властиві високі (на рівні акцентуації) показники прояву саме владно-лідируючого стилю в Я-реальному образі та прагнення до ще більшого домінування в Я-ідеальному образі. Досліджуваним із високим рівнем перфекціонізму властивий догматизм, переоцінка власних можливостей і прагнення до ще більшої деспотичності. Водночас у Я-реальному образі встановлено статистично значущу різницю середніх значень незалежно-домінуючого ($t = 1,983$; $p < 0,05$), прямолінійно-агресивного ($t = -2,161$; $p < 0,05$) стилів міжособистісного спілкування залежно від статі досліджуваних. Середні показники вищезазначених стилів знаходяться в межах норми, проте досліджувані чоловічої статі з високим рівнем перфекціонізму демонструють більшу впевненість і суперництво, ніж досліджувані жіночої статі, тоді як жінкам більше, ніж чоловікам, властиві відвертість і завзятість у досягненні своєї мети. У Я-ідеальному образі встановлено статистично значущу різницю середніх значень недовірливо-скептичного ($t = 2,256$; $p < 0,05$) стилю залежно від статі. Досліджувані чоловічої статі в Я-ідеальному образі прагнуть зменшити прояв недовірливо-скептичного стилю спілкування менше, ніж досліджувані жіночої статі. Середні значення показників недовірливо-скептичного стилю в Я-ідеальному образі в чоловіків сягають помірного рівня, у жінок – низького рівня.

Більшості респондентів притаманний середній рівень перфекціонізму. Саме в цій групі досліджуваних встановлено численні відмінності в прояві стилів міжособистісного спілкування залежно від статі досліджуваних (рис. 3–4).

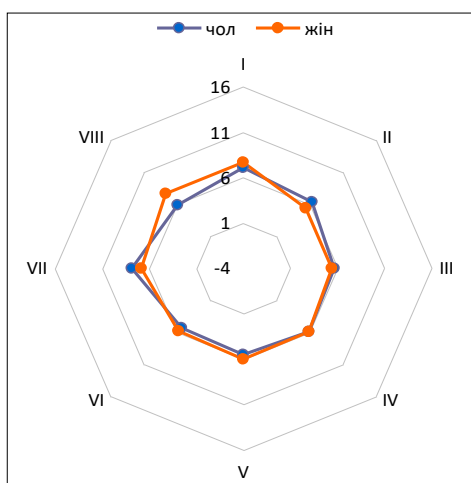


Рис. 3. Стилі спілкування в реальному Я-образі в групі досліджуваних із середнім рівнем перфекціонізму

На рисунку під номерами зазначені стилі міжособистісного спілкування: I – владно-лідируючий; II – незалежно-домінуючий; III – прямолінійно-агресивний; IV – недовірливо-скептичний; V – покірливо-сором'язливий; VI – залежно-слухняний; VII – співробітницько-конвенційний; VIII – відповідально-великодушний.

Як бачимо з діаграми, представленої на рис. 3, у досліджуваних із середнім рівнем перфекціонізму всі стилі міжособистісного спілкування представлені в діапазоні помірного (адаптивного) рівня. Водночас встановлено статистично значущу різницю середніх значень незалежно-домінуючого ($t = 3,045$ $p < 0,005$), співробітницько-конвенційного ($t = -3,190$ $p < 0,005$), відповідально-великодушного ($t = -4,679$ $p < 0,001$) стилів спілкування в Я-реальному. Досліджувані чоловічої статі більше, ніж досліджувані жіночої статі, демонструють упевненість і проявляють суперництво. Досліджуваним жіночої статі більше, ніж досліджуваним чоловічої статі, властиві прояви співчуття й готовності до співпраці.

Визначено статистично значущу різницю середніх значень владно-лідируючого ($t = -2,426$ $p < 0,05$), співробітницько-конвенційного ($t = -2,368$ $p < 0,05$), відповідально-великодушного ($t = -3,899$ $p < 0,001$) стилів спілкування в Я-ідеальному образі залежно від статі респондентів. Досліджувані чоловічої статі прагнуть до влади й домінування більше, ніж досліджувані жіночої статі, тоді як досліджувані жіночої статі прагнуть до співчуття та співпраці більше, ніж досліджувані чоловічої статі. Отже, у групі досліджуваних із середнім рівнем перфекціонізму молоді люди жіночої статі більш виявляють фемінність, тоді як молодь чоловічої статі демонструє маскуліність. Імовірно вищезазначені відмінності обумовлені ґендерними стереотипними уявленнями суспільства та пояснюються тим, що саме для молоді із середнім рівнем перфекціонізму властивий конформізм щодо засвоєння суспільних цінностей.

Досліджувані з низьким рівнем перфекціонізму характеризуються проявами відповідально-великодушного, співробітницько-конвенційного стилів спілкування. У Я-реальному образі середні значення цих стилів відповідають адаптивному рівню. Встановлено статистично значущу різницю лише в прояві незалежно-домінуючого стилю в Я-реальному образі ($t = 3,159$ $p < 0,005$): досліджуваним чоловічої статі більше, ніж досліджуваним жіночої статі, притаманні прояви незалежно-домінуючого стилю.

На наступному етапі дослідження за допомогою кореляційного аналізу ми визначили особливості взаємозв'язків структурних компонентів перфекціонізму зі стилями міжособистісного спілкування в чоловічій і жіночій вибірці.

За результатами кореляційного аналізу, у вибірці молодих людей чоловічої статі виявлено статистично значущі прямі кореляційні зв'язки загального перфекціонізму з владно-лідируючим ($r = 0,170$ при $p \leq 0,05$) стилем

у Я-реальному образі й із залежно-слухняним стилем спілкування ($r = 0,145$ при $p \leq 0,05$) у Я-ідеальному образі. У вибірці осіб чоловічої статі також виявлено чисельні статистично значущі прямі кореляційні зв'язки суб'єктно-орієнтованого перфекціонізму з владно-лідуючим ($r = 0,283$ при $p \leq 0,01$), співробітницько-конвенціальним ($r = 0,158$ при $p \leq 0,05$), відповідально-великодушним ($r = 0,180$ при $p \leq 0,01$) стилями спілкування в Я-реальному образі й із владно-лідуючим ($r = 0,199$ при $p \leq 0,01$), залежно-слухняним ($r = 0,163$ при $p \leq 0,05$), співробітницько-конвенціальним ($r = 0,139$ при $p \leq 0,05$), відповідально-великодушним ($r = 0,186$ при $p \leq 0,01$) стилями спілкування в Я-ідеальному образі. Отже, найвищі особистісні стандарти визначають як прагнення до влади й переваги, так і здатність до співпраці в досліджуваних чоловічої статі.

У вибірці досліджуваних жіночої статі встановлено статистично значущі прямі кореляційні взаємозв'язки загального перфекціонізму з владно-лідуючим ($r = 0,289$ при $p \leq 0,01$), незалежно-домінуючим ($r = 0,182$ при $p \leq 0,01$), прямолінійно-агресивним ($r = 0,212$ при $p \leq 0,01$), залежно-слухняним ($r = 0,212$ при $p \leq 0,05$) стилями спілкування в Я-реальному образі й із владно-лідуючим ($r = 0,102$ при $p \leq 0,01$), співробітницько-конвенціальним ($r = 0,118$ при $p \leq 0,05$) стилями в Я-ідеальному образі.

У досліджуваних жіночої статі суб'єктно-орієнтований перфекціонізм прямо взаємопов'язаний із владно-лідуючим ($r = 0,257$ при $p \leq 0,01$), незалежно-домінуючим ($r = 0,100$ при $p \leq 0,05$), прямолінійно-агресивним ($r = 0,111$ при $p \leq 0,05$) стилями спілкування в Я-реальному образі. Суб'єктно-орієнтований на статистично значущому рівні прямо пов'язаний із владно-лідуючим стилем ($r = 0,185$ при $p \leq 0,01$) у Я-ідеальному образі. Отже, високі особистісні стандарти більше пов'язані в жінок із домінуванням і прагненням до переваги.

Об'єктно-орієнтований перфекціонізм показав прямі взаємозв'язки з владно-лідуючим ($r = 0,287$ при $p \leq 0,01$), незалежно-домінуючим ($r = 0,233$ при $p \leq 0,01$), прямолінійно-агресивним ($r = 0,210$ при $p \leq 0,01$), обернений взаємозв'язок із покірливо-сором'язливим ($r = -0,101$ при $p \leq 0,05$) стилями спілкування в Я-реальному образі. В ідеальному Я-образі об'єктно-орієнтований перфекціонізм прямо корелює з владно-лідуючим ($r = 0,243$ при $p \leq 0,01$) стилем спілкування. Саме суб'єктно-орієнтований перфекціонізм забезпечує молоді жіночої статі домінування, відчуття переваги, впевненість, суперництво, нестриманість у спілкуванні. Надкритичне ставлення до інших також унеможливує покірність, сором'язливість і самозвинувачення.

Соціально-приписаний перфекціонізм на статистично значущому рівні зворотно пов'язаний із параметром домінування ($r = -0,160$ при $p \leq 0,01$), проте прямо взаємозв'язаний із прямолінійно-агресивним ($r = 0,164$ при $p \leq 0,01$), недовірливо-скептичним ($r = 0,167$ при $p \leq 0,01$), покірливо-сором'язливим ($r = 0,219$ при $p \leq 0,01$), залежно-слухняним ($r = 0,165$ при $p \leq 0,01$) стилями в Я-реальному образі. Соціально-приписаний прямо взаємопов'язаний із владно-лідуючим ($r = 0,153$ при $p \leq 0,01$), прямолінійно-агресивним ($r = 0,112$ при $p \leq 0,05$), покірливо-сором'язливим ($r = 0,104$ при $p \leq 0,05$), залежно-слухняним ($r = 0,119$ при $p \leq 0,05$), співробітницько-конвенціальним ($r = 0,108$ при $p \leq 0,05$) у Я-ідеальному образі.

Суперечливі вимоги суспільства до образу сучасної жінки, на нашу думку, обумовлюють взаємозв'язки соціально-приписаного перфекціонізму як із демонстрацією доброзичливості й завзятістю і досягненні цілей, так і з прагненням до доброзичливості й домінування.

Висновки з проведеного дослідження. У групах із різним рівнем перфекціонізму встановлено статистично значущі відмінності середніх значень стилів спілкування залежно від статі досліджуваних. Досліджувані чоловічої статі демонструють більшу впевненість і суперництво, ніж досліджувані жіночої статі, тоді як жінкам більше, ніж чоловікам, властиві прямолінійність і відвертість.

У групі досліджуваних із середнім рівнем перфекціонізму досліджувані чоловічої статі більше, ніж досліджувані жіночої статі, демонструють впевненість і суперництво та прагнуть до домінування. Досліджуваним жіночої статі більше, ніж досліджуваним чоловічої статі, властиві прояви співчуття й готовності до співпраці та прагнення до вдосконалення цих рис.

Установлено статистично значущі взаємозв'язки структурних компонентів перфекціонізму зі стилями спілкування в чоловічій і жіночій вибірках.

Суб'єктно-орієнтований перфекціонізм пов'язаний у досліджуваних чоловічої статі як із демонстрацією влади, так і з готовністю до співпраці та визначає як прагнення до влади й демонстрації переваги, так і прагнення до доброзичливості. У жіночій вибірці високі особистісні стандарти обумовлюють стилі спілкування, пов'язані з домінуванням і прагненням до переваги.

Саме об'єктно-орієнтований перфекціонізм забезпечує молоді жіночої статі домінування, відчуття переваги, впевненість, суперництво, нестриманість у спілкуванні, унеможливує покірність, сором'язливість і самозвинувачення.

Соціально-приписаний перфекціонізм пов'язаний із прагненням як до домінування,

так і до демонстрації залежності й сором'язливості, що може бути обумовлено суперечливими вимогами сучасного суспільства до жінки.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми, перспектива подальших досліджень убачається в дослідженні особливостей взаємозв'язку перфекціонізму з іншими соціально-психологічними властивостями особистості залежно від статі досліджуваних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бескова Т.В. Гендерные особенности влияния перфекционизма на субъективное благополучие личности. *Психология и психотехника*. 2016. № 6. С. 510–516.
2. Гаранян Н.Г. Перфекционизм и враждебность как личностные факторы депрессивных и тревожных расстройств : автореф. дисс. ... докт. психол. наук : 19.00.04. Москва, 2010. 43 с.
3. Грачева И.И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов личности : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Москва, 2006. 210 с.
4. Ларских М.В., Ларских С.В. Влияние типа перфекционизма на учебную деятельность студента медицинской академии. *Актуальные вопросы современной психологии и педагогики* : сборник докладов VIII Международной научной конференции (24 декабря 2011 г.). Липецк : Издательский центр «Гравис», 2012. 260 с. С. 225–232.
5. Практическая психодиагностика. Методики и тексты / ред.-сост. Д. . Райгородский. Самара : Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. 672 с.
6. Цыганкова П.В. Деструктивные аспекты перфекционизма. *Предварительные размышления* : сборник материалов докладов XVI Международной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. Москва : МАКС Пресс, 2009. С. 885–887.
7. Hewitt P.L., Flett G.L. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psycho-pathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991. Vol. 60. P. 456–470.
8. Hong S., Lee M. Hierarchical confirmatory factor analysis of the revised Personal Style Inventory: Evidence for the multidimensionality problem of perfectionism. *Educational and Psychological Measurement*. 2001. Vol. 61. № 3. P. 421–432.
9. Conceptions of perfectionism and interpersonal problems: Conceptions of perfectionism and interpersonal problems : evaluating groups using the structural summary method for circumplex data / R.B. Slaney, A.L. Pincus, A.A. Uliaszek, K.T. Wang. *Assessment*. 2006. Vol. 13. № 2. P. 138–153.
10. The intergenerational transmission of perfectionism : parents' psychological control as an intervening variable / B. Soenens, A. Elliot, L. Goossens, M. Vansteenkiste, P. Luyten, B. Duriez. *Journal of Family Psychology*. 2005. Vol. 19. № 3. P. 358–366.

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ

Шановні колеги! Питання академічної доброчесності є надзвичайно актуальними у наш час. Враховуючи великі масиви інформації, що з'являються у всесвітній мережі, жоден вчений не може бути впевненим, що його авторське право захищене. Крім того, поширеною є ситуація, коли декілька вчених в одній галузі науки користуються однаковими джерелами інформації, а в результаті безкоштовні програми пошуку плагіату засвідчують стовідсоткові збіги тексту, що може призвести до безпідставних звинувачень у плагіаті, особливо після перевірки за базою даних авторефератів та дисертацій. Це викликано тим, що порівняння з іншими дисертаціями не вказує на використання спільних першоджерел (статей, монографій, статистичних щорічників, словників тощо), а однозначно визначає тільки збіг тексту, ігноруючи навіть цитати. Важливим є також те, що чинне законодавство однозначно визначає, що перевірку може здійснювати виключно установа за профілем дослідження, а не поширені в мережі безкоштовні програми. Для уникнення подібних ситуацій ми пропонуємо Вам скористатися науковою **послугою оцінки технічної унікальності наукового тексту** за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення, яке гарантує похибку перевірки до 3%. Переваги такої перевірки порівняно з іншими методами:

- Ви *укладаєте угоду* про надання послуг;
- Ваш файл *не розміщується у мережі*, тобто інформація і авторство залишаються анонімними;
- Ви *отримуєте звіт*, підготовлений за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення; *порівняльну таблицю* однакових фрагментів тексту із зазначенням джерела; *офіційний звіт про надану послугу* із зазначенням результатів;
- Ви отримуєте вичерпну інформацію про текстові збіги у Вашому дослідженні та дослідженнях інших авторів не тільки *українською, але і російською та англійською мовами*;
- Ви користуєтесь програмним забезпеченням, яке використовується *тільки спеціалізованими науковими та освітніми установами* і розроблене виключно для пошуку текстових збігів *саме у наукових дослідженнях*, а не у публіцистиці, рекламних веб-сайтах тощо;
- Виключна робота з авторами – ніхто, крім автора тексту, не зможе замовити у нас перевірку цього тексту, що *убезпечить Вас від перевірок третіми особами*;
- Ви отримуєте можливість коректно оформити посилання на першоджерела;
- Існує можливість перевірки *будь-яких наукових досліджень*: статей, рефератів, авторефератів, дисертацій, доповідей, тез, звітів тощо.

Терміни і вартість перевірки і надання звіту:		
Характер наукової роботи	Терміни (робочих днів)	Вартість
Докторська дисертація	5 – 10	5500 грн
Кандидатська дисертація	3 – 7	3500 грн
Автореферат	1 – 2	500 грн
Стаття (обсягом до 12 сторінок)	1 – 2	500 грн
Інші види робіт	За домовленістю	За домовленістю

Для того, щоб замовити послугу, Вам необхідно звернутись електронною поштою до Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій, вказавши у темі листа «Оцінка унікальності тексту». У листі вкажіть адресу для листування, додайте файл у форматі MS Word з текстом наукового дослідження. Фахівець відповідного відділу надасть Вам відповідь щодо процедури здійснення експертизи.

Контактна особа:

Партенюха Дар'я – молодший науковий співробітник

Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

+38 (048) 709-38-69

+38 (093) 253-57-15

info@iei.od.ua

З повагою
дирекція Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 31

Коректура • *В. Ізак*

Комп'ютерна верстка • *Ю. Семенченко*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 25,30. Ум. друк. арк. 27,44.
Підписано до друку 30.11.2021. Замов. № 0122/015. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1
Телефон +38 (048) 709 38 69,
+38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.